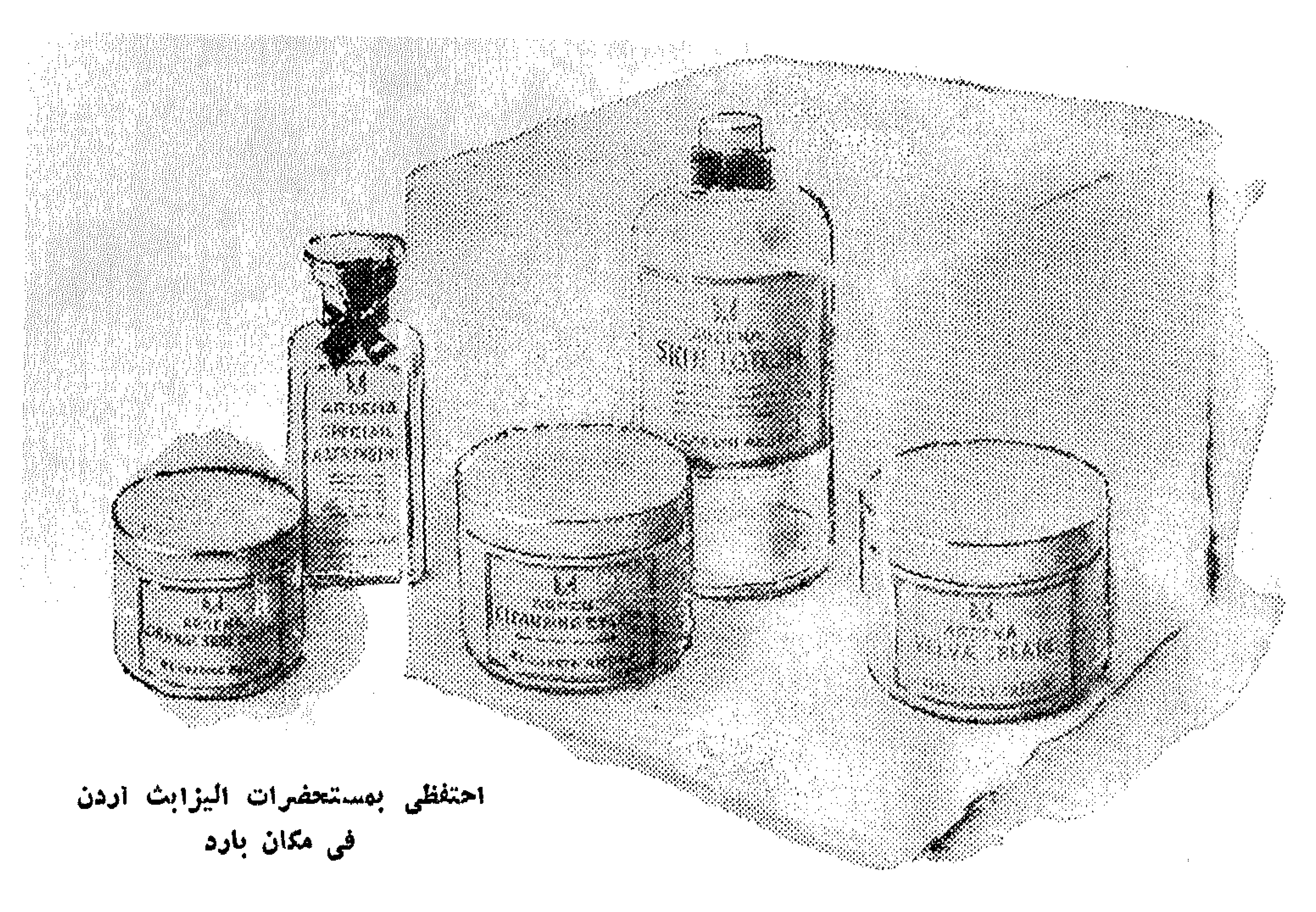


بنت النيل
يونيو ١٩٥٢

كريمات مرطبة للجمال



احتفظى بمستحضرات اليزابث اردن
فى مكان بارد

نعم ضعى كريم ولوسيون آردن فى الثلاجة فهذا هو الوقت الذى يتطلب وهج الشمس وهجير النهار نظافة البشرة وتألقها ونعومة الجلد وملاسته باستعمال مستحضرات اليزابث آردن

واليك طريقة اليزابث آردن لتحتفظى بجمالك طول الصيف

للتنظيف : كريم أردينا أو كريم فلوفى كلينسينج

للترطيب : استعملى أردينا لوسيون أو سبيشيل استرنجنت

للتنعيم : استعملى كريم أورنج سكين او فلفا كريم

ملحوظة **بورين كريم** كريم خيالى يلائمك اذا كنت من صاحبات البشرة المسامية او الدهنية

من ابتـــــكار

Elizabeth Arden اليزابث آردن

ولاى استـــــــعلام اتصلى بالخبيرة الاخصـــــائية لمعـــــامل اليزابث آردن طـــرف الوكـــــــــلاء **سلماوى وشركاه** ايموبيليا ٣٣٧ تليفون ٤٧٧٩١ التى يسرها أن تضـــع خبرتها فى خـــدمتك وأن ترشــــدك الى الالوان التى تناسبك وأفضل الطـــرق لاستعمال مستحضرات اليزابث آردن ٠

تبـــاع فى المحلات الآتيـــة

بالاسكندرية :	بالقاهرة :	بمصر الجديدة	بالسويس :	بالاسماعيلية :
محل شالون	محلات شالون	اجزاخانة نورتون	اجزاخانة جانيس	اجزاخانة انترناسيونال
محلات هانو	محلات عمر افندى			**باسوان ٠**
	اجزاخانة نورتون	**ببور سعيد :**	**بالمنصورة :**	
لار دى لاكوافير (سوكرات وشركاه)	محل سوكرات بارفيمرى ايرين	محلات سيمون أرزت	مخازن ادوية الحرية	ماجيلا فرايس (فوتو ستورز)





فشلت الحملة المدبرة التى قادها البعض ضد المرأة وحقوقها الدستورية ، فشلت تلك الحملة لان منطقنا كان أقوى من منطق خصومنا ، فقد كتبوا فى كل صحيفة كلاما قرأناه فى صحف مصر منذ ستين عاما ولايستطيع الجيل الحالى أن يهضمه أويرضاه .

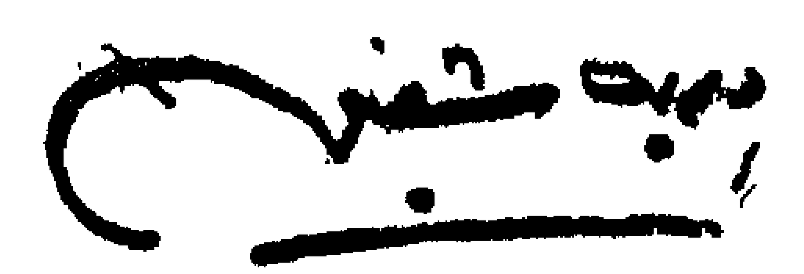
وليتخيل القارىء الكريم دعوة الى ابطال الترام والقطار والطائرة والعودة بالمواصلات الى الجمال والدواب الاخرى ، ألا تشبه هذه الدعوة تلك التى تدعو الى أن تقعد المرأة المصرية فى البيت فلاتخالط رجلا فى حقل أومدرسة أومستشفى أو جامعة ؟ فاذا رضى الجيل الحالى بالجمال والدواب دون القطر والطائرات ، رضى أيضا بأن تعود المرأة الى الحريم ، لان قبول الاولى يستوجب الرضاء عن الثانية وهذا أمر يثير الضحك ويدعو الى الرثاء ، وقد ضحك الناس ورثوا لخصومنا فى منطقهم العجيب ...

حين اخترع القطار ثار رجال الدين فى انجلترا ، وثار معهم أعضاء البرلمان وشكوا من أن القطار يفزع أوزهم وطالبوا بابدال هذه البدعة حتى لايفزع الاوز فى الحقول ؟! وبالطبع لم ينصت العقلاء الى منطق السادة أصحاب الدين والدنيا ، وسارت القطر فى انجلترا ، وبقى الاوز فى الحقول .

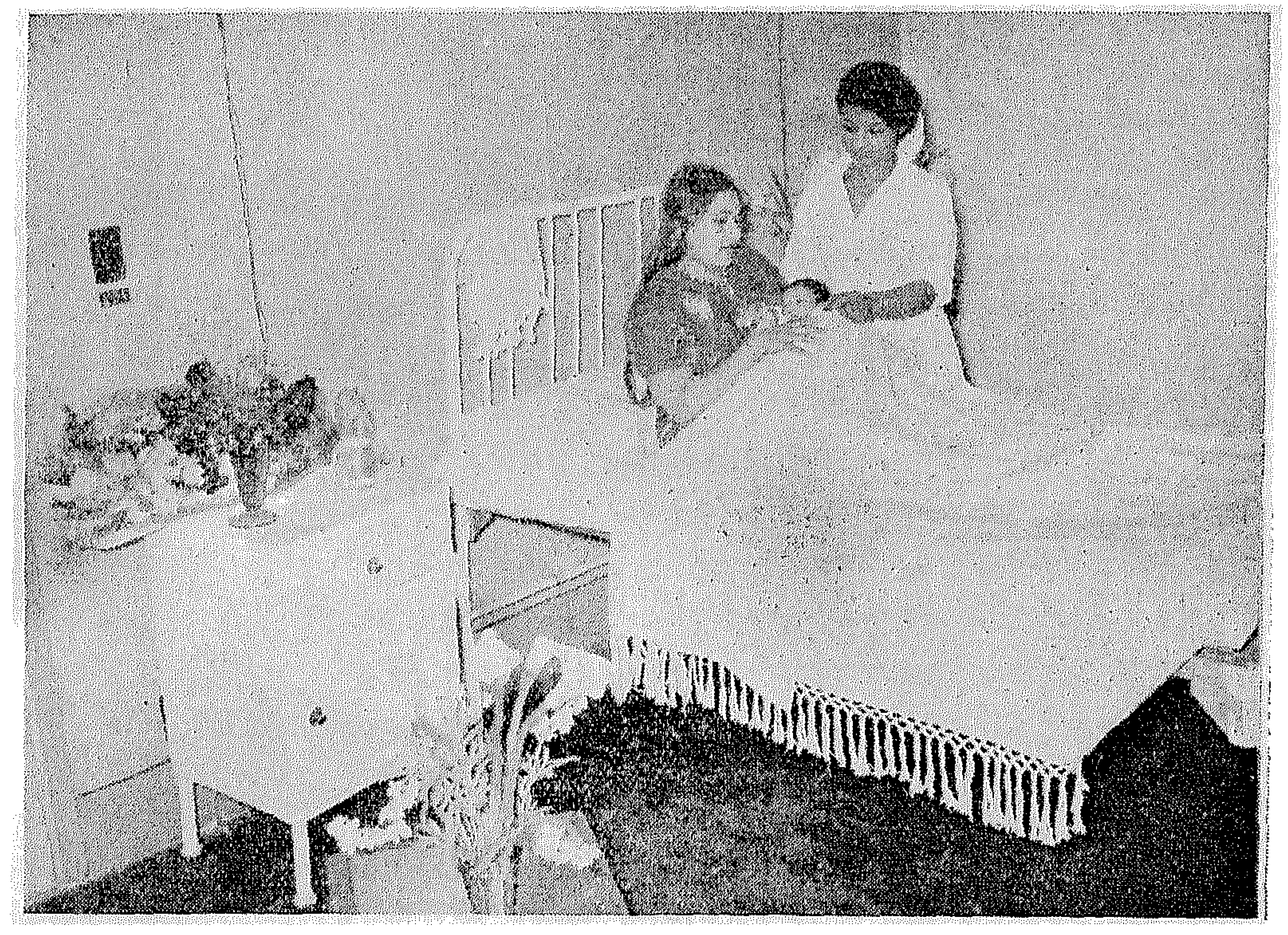
ونحن أيضا نؤكد لخصومنا أننا لن نفزع أحدا من قافلتنا التى تسير ، حتى الاوز لن يفزع منا ! فليوفروا جهدهم ، وليعلموا أن الدنيا تسير وان عقرب الساعة ان وقف ساعة أوبعض الساعة فسوف يمضى بعدها ولكنه لن يعود الى وراء ...

لقد قرأنا فتاوى كثيرة فى قضية المرأة ، وآلمتنى هذه الفتاوى لا لانها قوية قاطعة جامعة مانعة ، بل لانها لاتنطوى على شىء من هذا ، وأخذت أقيس على هذه الفتاوى فتاوى أخرى فداخلنى الشك فى قوتها وكنت من المؤمنين بها ، ولم يدخل الشك قلبى وحدى بل دخل قلوب جميع النساء فى مصر ...

فليقتصد خصومنا فى فتاواهم ، وليخففوا من غلوائهم ، فذلك خير لمكانتهم فى نفوس عامة الناس وخاصتهم ، وحسبهم ان فقدوا ثقة الخاصة وزعزعوا عقيدة العامة فيهم ، ولم يبق الاخيط ضئيل تضيع فيه الثقة من الناس جميعا ...



الأمهات في خطر



ان عملية الولادة عملية هامة اذ بواسطتها يتم حفظ النوع ويستمر الانسان في الوجود .. ولا تمر لحظة واحدة دون أن يخرج للعالم مولود جديد ..

وتدور الايام ويصبح هذا المولود انسانا يساهم في بقاء مجتمعه ورقيه وهكذا .. لابد اذن من الاهتمام بعملية الولادة وبصحة الام حتى نضمن للام السلامة وللجنين البقاء . ولكن للاسف نجد أغلب السيدات لا تهتم الاهتمام الكافي بعملية الولادة وأغلبهن يفضل أن تتم في المنزل في جو لا يساعد أبدا على اتمام هذه العملية بنجاح .. اذن فأين تلد الام .. لقد زرت المستشفيات الحكومية التي تؤمها أغلب الطبقات الفقيرة فوجدتها مازالت في حاجة الى عناية أولى الامر .. تجد الحوامل يتزاحمن في فترة الحمل في سبيل الحصول على دواء يفيدهن ، ويؤدي هذا التزاحم طبعا الى ارهاق الام مما يؤثر على صحة الجنين زد على ذلك أنك تجد أغلب هذه المستشفيات في أحياء مزدحمة يكثر فيها مرور السيارات والعربات مما يسبب ضجيجا لا يريح المرضى ويتعب أعصابهم ، زيادة على أن المشرفين على المستشفيات يتركون الباعة المتجولين يبيعون لرواد المستشفى بضاعتهم المسمومة وبالطبع لسنا هنا في معرض سرد مظاهر الاهمال التي تظهر بجلاء في المستشفيات الحكومية فكلنا يعرف عنها الشيء الكثير وأردنا أن نعرف مايجب أن تكون عليه مستشفيات الولادة بالذات حتى تفي بحاجة الام والطفل وقد سألنا في هذا الدكتور علي حسين شعبان أخصائي الولادة بالقصر العيني فأكد لنا أن مثل تلك المستشفيات ينبغي أن تكون بسيطة الاثاث ، هذا علاوة على باقي النواحي الصحية المعروفة من ناحية الشمس والهواء وقبل كل شيء يجب قياس ضغط دم الام

ضغط الدم



لطفية هانم العبد



فقدت مصر سيدة من أكرم سيداتها ، سيدة عرفت بطيبة القلب والحدب على الفقير والمريض والاخذ بيد الضعيف ، سيدة عاشت لغيرها لا لنفسها قادت للانسانية المعذبة أجل الخدمات وساهمت في رفع المستوى الاجتماعي للشعب واشتركت في محاربة ذلك الوباء الذي اجتاح صعيد مصر معرضة نفسها لاخطار العدوى ، وما زالت تتبع مكامن المرض حتى قضت عليه واستأصلت شأفته .

لقد كانت حياة الفقيدة سلسلة لا تنتهي من الكفاح الذي لا يعرف الراحة ولا الكلل . فقد كانت رحمها الله ، من الدعائم القوية في كثير من الجمعيات الخيرية وخاصة جمعية الهلال التي كانت تعمل فيها ليل نهار . وان آثار اياديها البيضاء لظاهرة في كل ركن من أركان تلك الجمعية الانسانية .

ولم تقف جهود الفقيدة الكريمة عند هذا الحد . فقد ساهمت مساهمة الاصيل في تأسيس نادي بنت النيل وانتخبت رئيسة له فسارت به قدما نحو الكمال .

ان جهاد الفقيدة العزيزة لخير المرأة المصرية كان جهادا صامتا هادئا ، جهاد المؤمنة كل الايمان بالرسالة الملقاة على عاتقها .

ان بنت النيل لتبكي في لطفية هانم العبد تلك الروح الوثابة ، تلك النفس الابية التي أضافت الى تاريخ المرأة المصرية وكفاحها في سبيل رفع مستواها الاجتماعي سفرا جديدا سوف يبقى مع الزمن خالدا تتصفحه الاجيال .

ويستحسن دائما استخدام مخدر مؤقت يعطى بجرعات تتناسب مع صحة الام فى فترات الولادة وذلك حتى تسهل هذه العملية على الام ولاتسبب لها ألما .

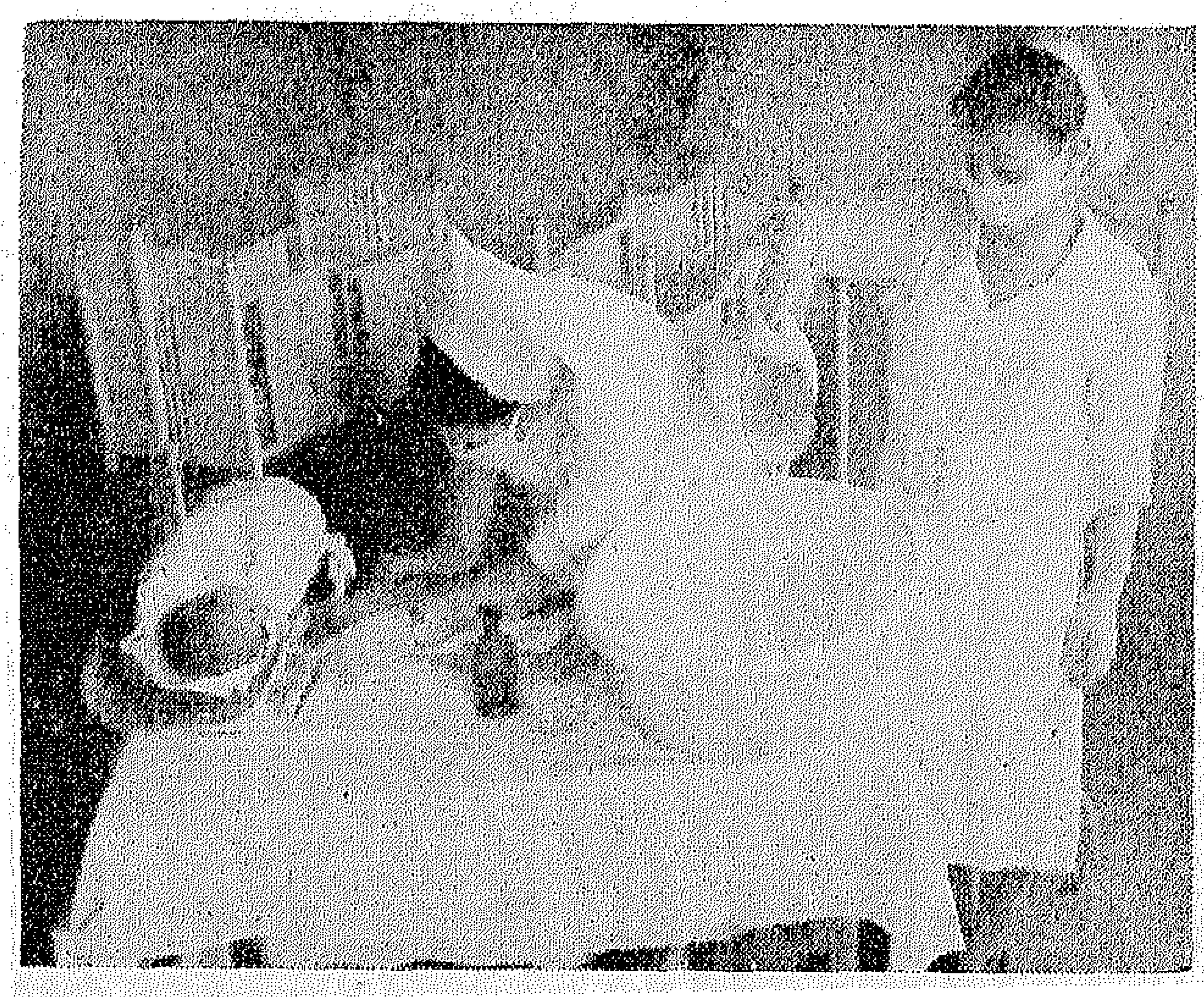
وهناك سيدات ولادتهن عسرة فيضطر الطبيب حينئذ الى اجراء عملية جراحية ونظرالخطورةهذه العمليةفانه يجب أن تكون الادوات معقمة تعقيماجيدا وحجرة العمليات نظيفة صحية والضوء فيها كاف حتى يستطيع الطبيب القيام بواجبه على الوجه الاكمل .

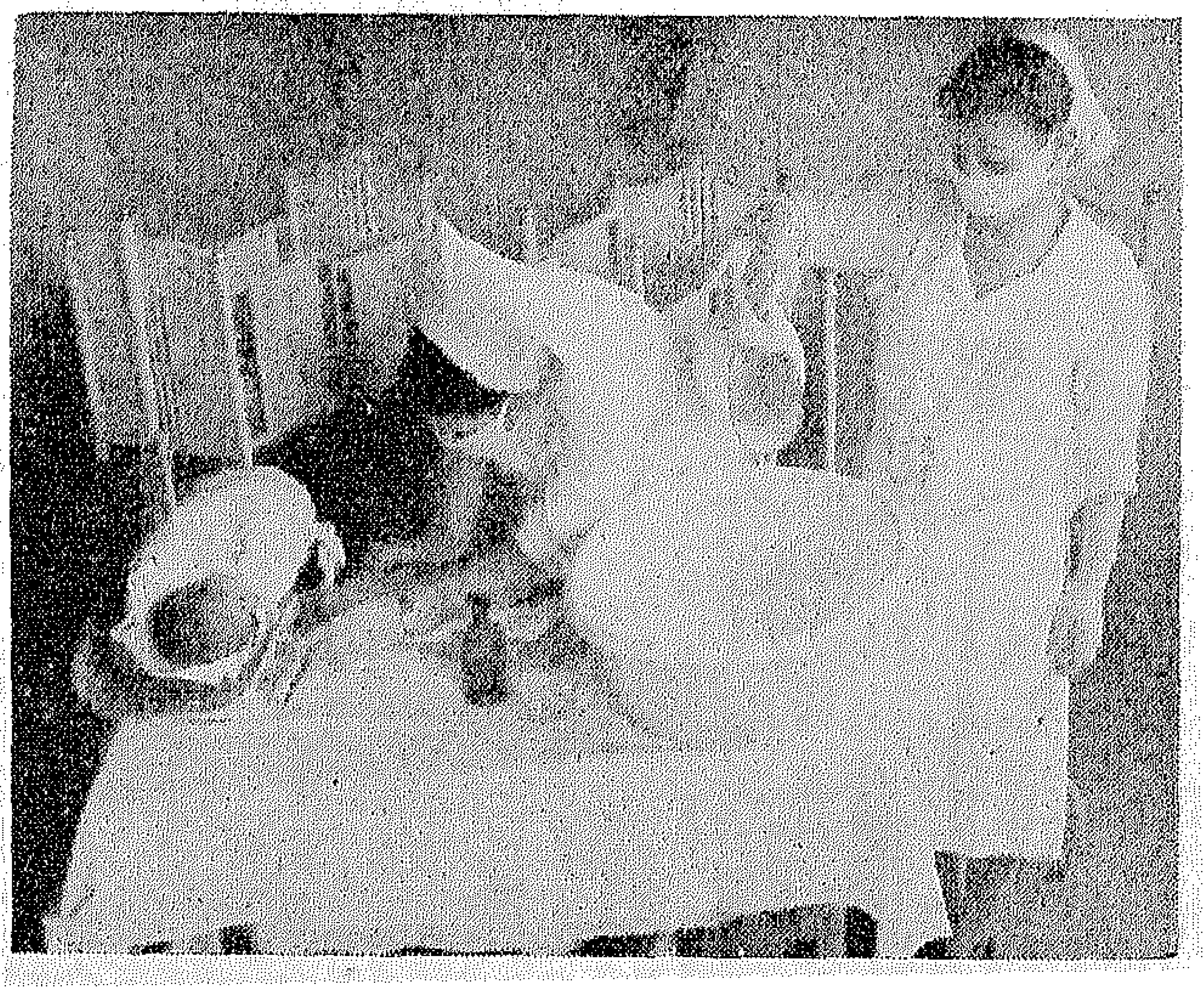
تبقى بعد هذا غرفة الام وغرفة الطفل ويستحسن فصلهما دائما الا فى أوقات الرضاعة ومن ناحية الام يجب أن تكون غرفتها بسيطة صحية هادئة جدا، أما الطفل الولادة ويجدر بالحكومة فلامانع أبدا أن يجمع فى حجرة واحدة مع أطفال آخرين ولكن يجب وزنه من وقت لآخر وتغيير ملابسه من لحظة لاخرى ...

هذه صورة سريعة لما يجب أن تكون عليه مستشفيات الولادة ويجدر بالحكومة أن تعنى بمستشفيات الولادة التابعة لها اذ أنها ذات أثر كبير فى حياة الشعب .



عملية الولادة .. والتخدير





فى غرفة الاطفال
تبذل عناية فائقة لمراقبة نموهم

عملية جراحية تتم بها الولادة احيانا



المرأة في ميدان الخير

السيدة خديجة الاسكندراني تقدم الهدايا

قد تعجب القارئات لكثرة عدد الجمعيات الخيرية التي تملأ مصر الآن ، وقد ترى أكثر من واحدة أنه كان من الافضل أن تجتمع هذه الجمعيات في جمعية واحدة حتى يكون عملها مجديا ومجهودها منتجا • الا أننا نرى انه كلما تعددت الجمعيات المختلفة كلما كان التنافس بينها شديدا على أنني أقول أنني أجد الجمعيات الخيرية مجدية ، والدليل على ما أقول أنني أجد الجمعيات الخيرية الناشئة تقوم بمجهود كبير بالرغم من قلة ايراداتها ، والصورة المثلى لهذا المجهود هي (جمعية نهضة المرأة) ، فهذه الجمعية قد قامت على أكتاف سيدة واحدة هي السيدة خديجة الاسكندراني وذلك حين دعت صديقاتها الى مساعدة فقراء الحي الذي يقطنونه ، وفعلا بدأت بدفع أموال من جيبها وجيب أقاربها ، ولكن وجدت أن هذا المال لا يكفي لتنفيذ ما يجول في خاطرها من أهداف اجتماعية فقررت أن تؤسس هذه الجمعية وهدفها منها أن ترفع مستوى المرأة من الناحية الاجتماعية والثقافية والصحية ، علاوة على رعاية الفتيات المحتاجات بانشاء مؤسسة لايواء المشردات منهن ووضع برنامج لاعدادهن للحياة الكريمة النافعة •

وكان عليها أن تجاهد لكي تجمع التبرعات فسعت حتى حصلت على تصريح من وزارة الشئون بجمع التبرعات فكانت تطرق أبواب المنازل المختلفة تطلب منها المال للفقراء فمنهم من كان يعتذر في لباقة ومنهم من كان يدفع مبالغ صغيرة بعد مناقشة طويلة •

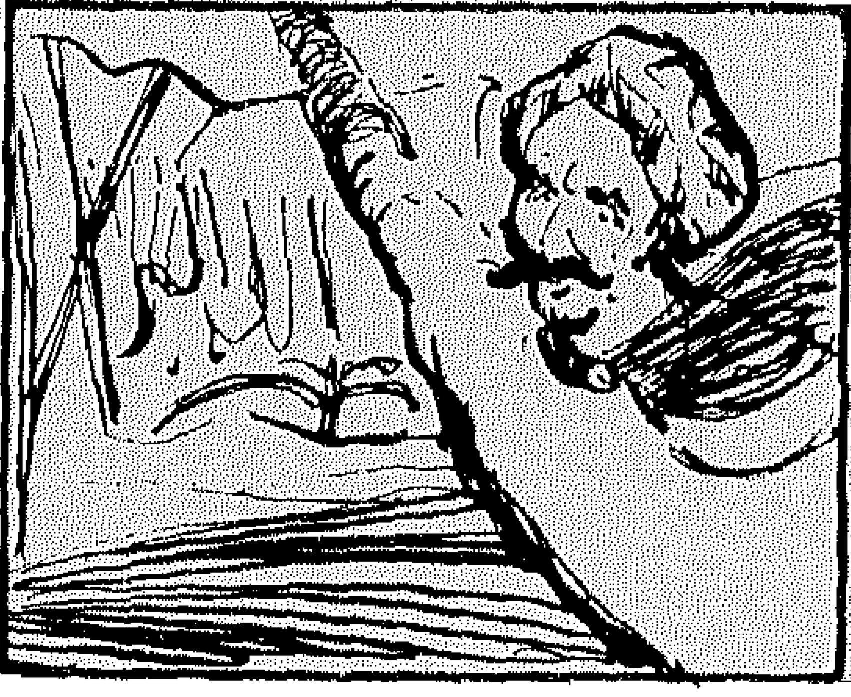
امتحن معلوماتك التاريخية

الاجابة الصحيحة صفحة ٢٣

١ ـ كانت الملكة نفرتيتي زوجة لملك من هؤلاء :

ا ـ خفرع
ب ـ اخناتون
جـ ـ توت عنخ آمون





٢ ـ ما اسم القائد العربي الذي فتح اسبانيا ؟

ا ـ عقبة بن نافع
ب ـ خالد بن الوليد
جـ ـ طارق بن زياد



٣ ـ عرفت الفتاة المصرية المدارس لاول مرة في عهد :

ا ـ محمد علي الكبير
ب ـ عباس باشا الأول
جـ ـ الخديو توفيق



٤ ـ من هي السيدة الاجنبية كانت تؤيد مصطفى كامل باشا جهاده ؟

ا ـ دوروثي طومسون
ب ـ جولييت آدم
جـ ـ مدام بوفاري

وكان لا بد من بحث الحالات الاجتماعية المختلفة التى كانت تعرض لها فاضطرت الى الذهاب بنفسها الى منازل الفقراء تبحث حالهم ومدى حاجتهم الى المساعدة وكثيرا ماكان الالم يحز فى نفسها لانها لا تستطيع مساعدة فقراء محتاجين لان ما فى الجمعية لا يكفى هؤلاء فكأنها تساعد الفقراء فعلا ولكنها لا تساعدهم جميعا رغم شعورها بحاجتهم لا لانها تبخل عليهم ولكن لان موارد الجمعية محدودة جدا لا تستطيع أن تسد حاجة الفقراء التى لا تنتهى .

ولكن لم يكن هذا مثبطا لهمتها بل انها أخذت تمر على المحلات التجارية المختلفة لكى تحصل منها على بعض الاغذية أو المال لتوزعه على الفقراء فمنهم من أعطاها أرزا ومنهم من أعطاها صابونا أو أقمشة فكانت تأخذها وتقسمها لكى توزعها بالتساوى بين من ساوى بينهم الفقر ، وأكثر من هذا انها أخذت توجد عملا للسيدات الفقيرات بأن تلحق بعضهن خادمات فى منازل أصدقائها رغم عدم حاجتهن لهن .

وقد حددت يوما توزع فيه الاغذية من منزلها الذى فتحته لكى يكون مأوى للفقراء وكثيرا ما كان يأتيها أناس من أحياء مختلفة يبغون المساعدة فلم تكن لتردهم خائبين بل كانت تعطيهم مما أعطاها الله دائما

وهناك ظاهرة أود أن أسجلها هنا هو اننى وجدت أن أغلب جمعيات الخير التى زرتها تقوم عمدها على بعض سيداتنا المعروفات بل اننى وجدت أن هناك سيدات ينضممن تحت لواء أكثر من جمعية حبا فى الخير ، فمثلا عند ما زرت سيدات الهلال الاحمر وجدت السيدة راجيه حمزه تقوم بتصيب كبير هناك بينما وجدتها تقوم بجانب كبير من النشاط مع السيدة خديجه الاسكندرانى بالرغم من اختلاف رسالة الهيئتين

ف . م . ع



توزيع اللبن بالمجان

امتحن معلوماتك التاريخية

الاجابة الصحيحة صفحة ٢٣



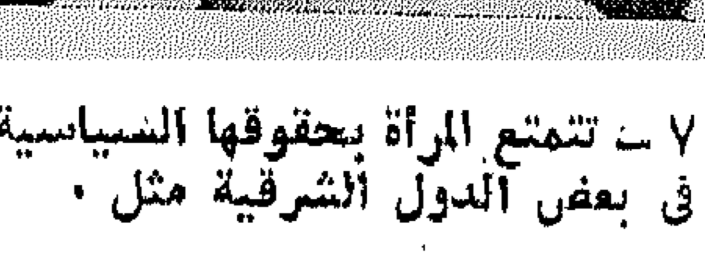
٥ - على نفقة من بنيت كلية الآداب بجامعة فؤاد الاول :

ا - الحكومة المصرية
ب - الاميرة فاطمة اسماعيل
ج - الاميرة شيوه كار



٦ - الى أى الدول الشرقية تنتمى البيجوم لياقت على خان :

ا - اندونيسيا
ب - الهند
ج - الباكستان



٧ - تتمتع المرأة بحقوقها السياسية فى بعض الدول الشرقية مثل .

ا - العراق
ب - سوريا
ج - اليمن



٨ - اشتهرت المرحومة السيدة عائشة التيمورية بانها :

ا - دكتوره
ب - شاعره
ج - مدرسة


احدى حجرات صالون آردن التي تتم فيها العناية بالجمال

الجمال بين يديك

ان صناعة التجميل فى مصر كانت ولاتزال الى حد كبير فى أيد أجنبية مما جعل الكثيرين يظنون أن المصريين عاجزون عن القيام بهذه الصناعة على خير وجه فكان لابد اذن من أن نبرهن للجميع على أننا غير عاجزين عن النهوض بصناعة الجمال التى تهتم لها كل سيدة .

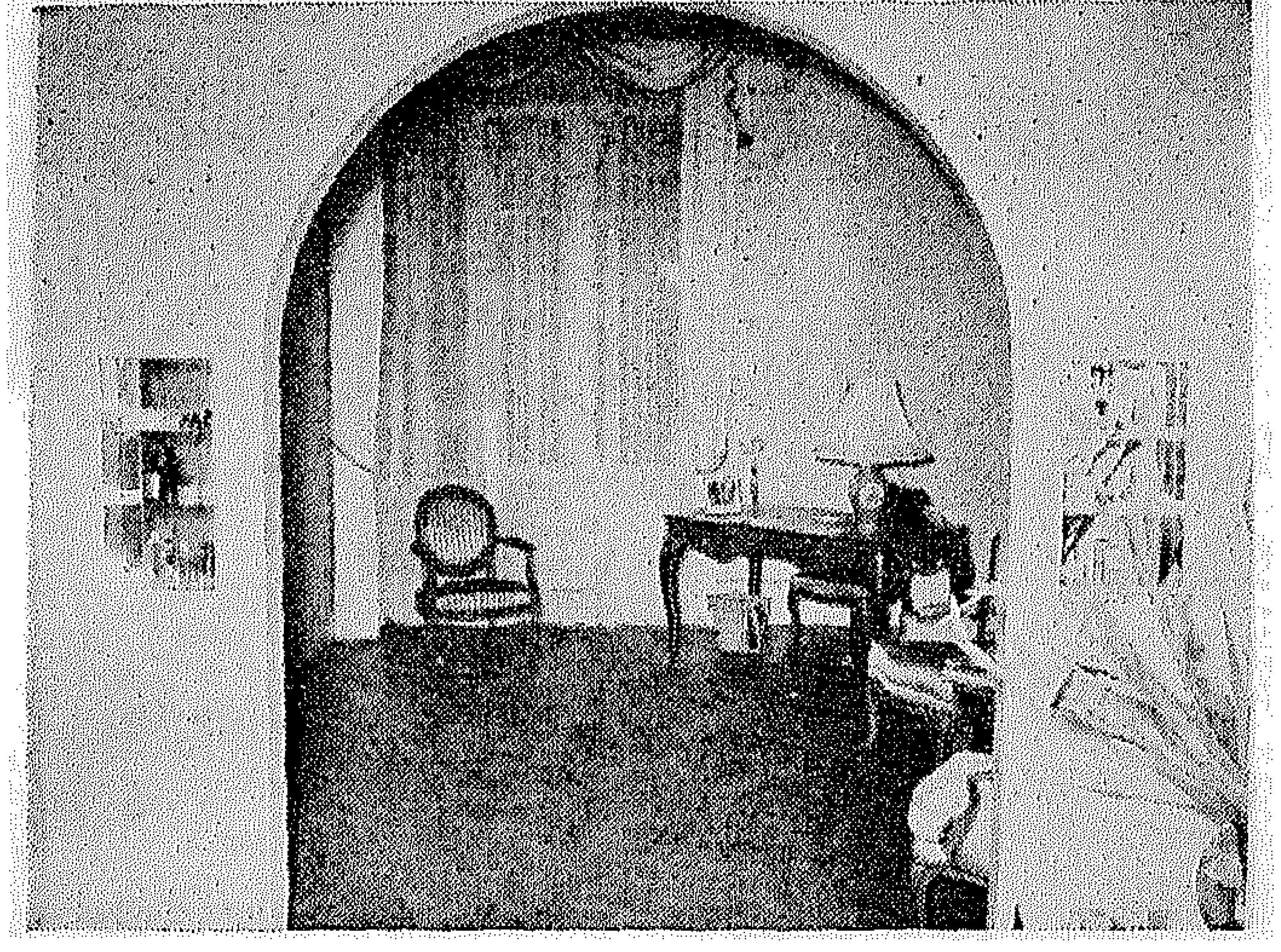
وقد نشأت حينئذ عقبة اذ أن أغلب سيداتنا يسافرن الى خارج القطن ويزرن أكبر دور التجميل وأحدثها فلابد أن تكون المحاولة المصرية محاولة قوية ذات رونق جذاب ومظهر لائق حتى اذا قورنت بغيرها من دول العالم استطاعت أن تقف على قدميها وتشرف القائمين بها .

وقد حدا هذا بأليزابيث أردن أن تفكر فى انشاء صالون أردن حيث تستعمل جميع مستحضراتها للتجميل ... وكان ذلك خلال الشهر الماضى حين أخرجت الفكرة الى حيز التنفيذ .

ودعى الصحفيون وبعض السيدات لحضور افتتاح صالون أردن وقد لبى هذه الدعوة الجميع وكانت بنت النيل هناك ... وفى المدخل كانت تتراكم باقات الورد معلنة عن تهانى أصحابها بافتتاح ذلك الصالون ... وبعد أن تناول المدعوون المرطبات طافوا بأجزاء الصالون ليشاهدوا الطريقة المثلى فى التجميل ، فشهد الكل أنه يضارع أحدث صالونات أوربا فى جميع أنحاء العالم اذ أنه يمتاز بالبساطة والجمال .

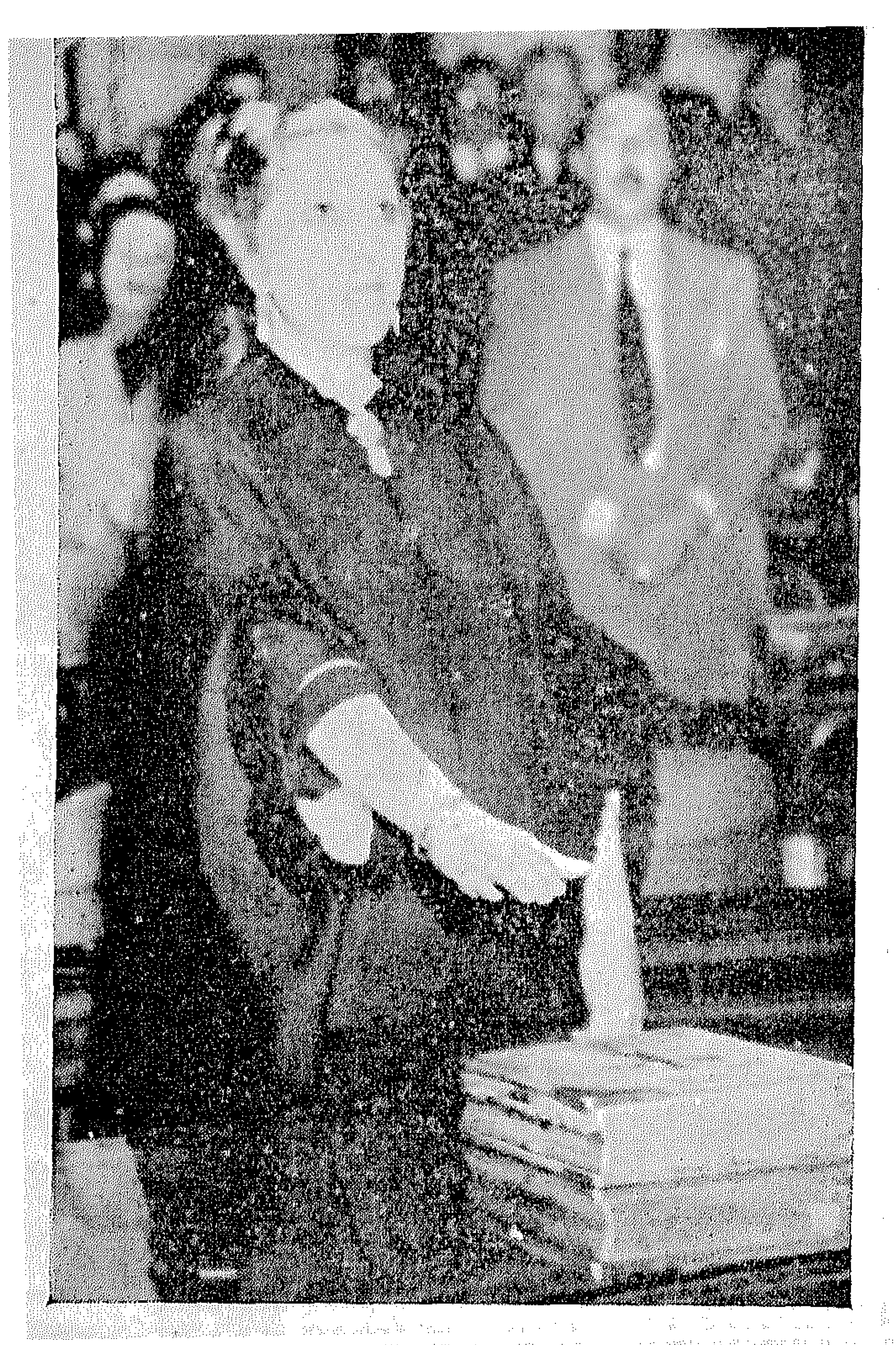
وتقول اخصائية الماكياج فى الصالون انها لاتحب أن يعتبر الناس صالون أردن بمثابة معهد للتجميل اذأنه فى الحقيقة قد شيد لكي يتيح للمرأة المصرية الفرصة لكى تتعلم كيف تستعمل مستحضرات أليزابيث أردن على اختلاف أنواعها اذ أن أغلب سيداتنا لايجدن اختيار هذه المستحضرات بمايناسبهن أوأنهن يستعملن مستحضرات أليزابيث أردن بغير طريقتها الصحيحة مما يفقدها الميزة الفريدة لها اذ أن عملية الماكياج ليست عملية تجميل فحسب ، بل انها تكسب المرأة راحة نفسيةكبرى .

ونحن نتمنى لصالون أردن النجاح فى تعليم المرأة المصرية كيفية استعمال مستحضرات أليزابيث أردن .


منظر لمدخل صالون آردن


سلماوي بك وبعض المدعوات فى حفلة الافتتاح

نصر جديد للمرأة



لاول مرة فى التاريخ ستدخل المرأة البرلمان الارجنتيني لقد منحت الجمهورية الارجنتينية أخيرا المرأة حق الدخول الى مجلس البرلمان دون قيد أو شرط .

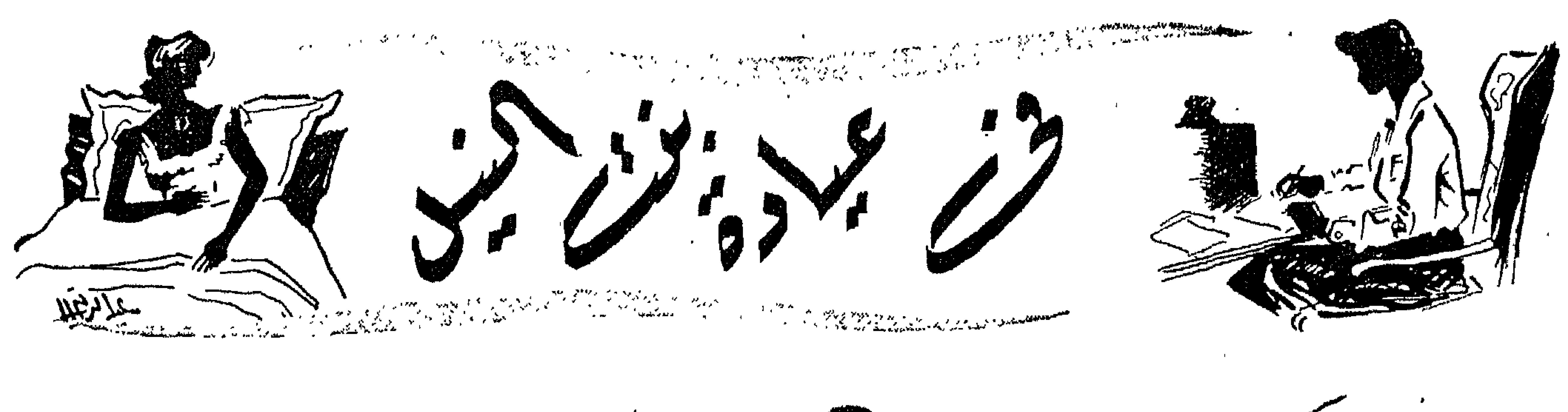
وهذه الصورة تمثل السنيوريتا استر فاضول نائبة اقليم باتاجونيا وهى تؤدى اليمين الدستورية فى قاعة المجلس الوطنى ببونس آيرس .

ان بنت النيل تهنىء الارجنتين على خطوتها الرائعة وترجو ان تحذو القلة الباقية من دول العالم حذوها فى مضمار التقدم والرقى .

ان بنت النيل اذ تجاهد فى سبيل حقوق المرأة الدستورية لن يثنيها عن عزمها أى عائق ولن يجعلها تحيد عن أهدافها أية قوة فى الوجود . ان الرجعية قد دحرت حتى الآن فى المعارك التى خاضتها ضد بنت النيل . ان الثقة بالنفس والايمان بالحق هما أهم سلاحين نعتد بهما فى معركتنا التى طال عليها الامر والتى ستنتهى بفضل صبرنا الى نصر أكيد .

* * *

ويرى فى الصورة السنيورتا « استر فضول » النائبة عن اقليم باتاجونيا تحلف اليمين فى قاعة المجلس الوطنى



حبّ الشباب

للدكتور يوسف وهبه اخصائى الامراض الجلدية والتناسلية

حب الشباب من أكثر الامراض الجلدية انتشارا وهو مرض جلدى مزمن ينشأ من التهاب بالغدد الدهنية الموجودة بالجلد ويتسبب عنه ظهور بثور بالوجه والظهر والاكتاف والصدر ٠

ومن الاسباب التى تساعد على ظهور حب الشباب هى :

١ ـ السن

يظهر حب الشباب (كما يتبين من اسمه) فى سن البلوغ عند الاناث والذكور ويستمر الى سن الخامسة والعشرين حيث يختفى فى أغلب الحالات ٠

٢ ـ الوراثة

الوراثة عامل مهم فى ظهور حب الشباب ٠ وليس معنى هذا انه مرض وراثى فى حد ذاته ولكن الوراثة تلعب دورا هاما فى تكوين البشرة التى تعتبر من أهم أسباب ظهوره فالبشرة الجافة مثلا لا يظهر بها حب الشباب بل يظهر بالبشرة الدهنية فهى أكثر ملاءمة لنمو الميكروبات المسببة لهذا المرض وذلك لزيادة الافرازات الدهنية بها ٠ كما انها تكون عرضة للالتهابات الجلدية الدهنية والبثور المختلفة كالدمامل وما شابها ٠

٣ ـ الهرمونات

من أهم عوامل ظهور حب الشباب اختلال فى افرازات هرمونات بعض الغدد الصماء وأهمها هرمونات الغدد الجنسية كافرازات المبيضين فى الاناث والخصيتين فى الذكور ويدل على ذلك ظهور حب الشباب فى سن البلوغ حيث انه فى هذه السن يختل افرازات هذه الغدد لما يطرأ على الجسم من تغيرات فى تكوين الجهاز التناسلى للمرأة والرجل كما يزيد ظهور حب الشباب عند المرأة عند اقتراب وقت الحيض وفى أثناء الحمل ٠

٤ ـ الامساك واضطراب الهضم

لما يسببانه من امتصاص بعض المواد الضارة من الامعاء فتقلل من مقاومة الجلد للميكروبات وتجعله اكثر عرضة لظهور البثور ٠

٥ ـ الغذاء

مما لا شك فيه أن اختلاف أنواع الغذاء الذى نتناوله له أثر فى تكوين البشرة فالاكثار من أكل المواد الدهنية والنشوية والسكرية يزيد من افرازات غدد الجلد الدهنية فيساعد على ظهور البثور ٠

٦ ـ الفيتامينات

وأهمها الفيتامين (ا) فنقصه يضعف مقاومة الجلد ضد العدوى بميكروبات هذا المرض ٠ كما ان نقص الفيتامين (ث) قد يؤدى الى زيادة الحساسية الجلدية لبعض المواد الموجودة بالجسم مما يسبب ظهور البثور عند الاشخاص الذين لديهم استعداد لهذا المرض ٠

٧ ـ استعمال المساحيق والمعاجين التى تستعمل فى التجميل فبعضها ضار بالبشرة اذ يوجد أنواع من الكريم تحتوى على مواد دهنية قد تفيد ذوات البشرة الدهنية ٠

٨ ـ وجود قشر بشعر الرأس من أسباب ظهور حب الشباب خصوصا فى الاكتاف والظهر ٠

الاعراض :

يظهر حب الشباب كما ذكرنا فى سن البلوغ ويستمر عادة حتى سن الخامسة والعشرين غير انه قد يستمر فى بعض الحالات الى ما بعد هذه السن ٠

ويتميز حب الشباب بوجود الاعراض الآتية :

١ ـ ظهور نقط سوداء فى فتحات الغدد الدهنية الموجودة بالجلد وتسمى الرءوس السوداء

٢ ـ ظهور بثور بالوجه والاكتاف والظهر وأحيانا بالصدر ٠

٣ ـ بشرة دهنية وتتميز بتمدد فتحات الغدد الدهنية وأكثر ما تكون وضوحا حول الانف وفى منتصف الوجه ٠

٤ ـ وجود قشر بشعر الرأس ٠

وقد يترك حب الشباب ندبات وتشوهات بالوجه مما يسبب للمريض عقدة نفسية خصوصا فى الاناث ٠

العلاج :

ينقسم علاج حب الشباب الى قسمين

١ ـ علاج عام :

ويشمل الاكثار من الرياضة فى الهواء الطلق والشمس ٠ كما يجب

ملاحظة عدم تناول المواد الدهنية كالقشدة والزبدة والكريمة وكذا اللحوم الدهنية • وكذلك الامتناع عن تناول الحوادق والمخللات والحلوى كالشيكولاتة والجاتوه وما شابهها • والاكثار من تناول الخضراوات والسلاطة الخضراء كالخس والطماطم والفواكه الطازجة • كما يجب علاج أي بؤر تعفنية بالجسم ان وجدت كالاسنان وتقيح اللوزتين والتهاب الجيوب الانفية • ويجب أيضا علاج الامساك بالملينات اذا استدعى الامر• كما يجب تناول فيتامين (ا) بواسطة الحقن أوالكبسولات بكمية كبيرة تتراوح بين ١٠٠ر٠٠٠ و ١٥٠ر٠٠٠ وحدة يوميا لمدة ثلاثة أشهر على الاقل• أما الحالات التي يلزم فيها اعطاء الهرمونات فيجب أن تعطى بواسطة طبيب اخصائي لما قد يتسبب عنها من أضرار اذا أخذت بدون اشراف الطبيب •

٢ ـ علاج موضعي

يختلف العلاج الموضعي بحسب حالة المريض فبعض الحالات مثلا قد يحتاج لعلاج جراحي • أما الرؤوس السوداء فيجب التخلص منها بواسطة آلة خاصة لاستخراجها ولا يجب استعمال الاظافر لما قد تسببه من انتقال العدوى من موضع لآخر كما انها قد تترك علامات بالجلد •

ومن أهم العناصر التي تستعمل في العلاج الموضعي هو الكبريت اما على هيئة غسول أو مرهم بحسب حالة المريض أو باستعمال صابون الكبريت • ويجب الاهتمام بشعر الرأس وعلاجه في حالة وجود قشور به أما في بعض الحالات الشديدة فتعالج بواسطة أشعة اكس ويجب أن يكون ذلك بواسطة طبيب اخصائي لما في ذلك من خطورة اذا استعملت الاشعة بدون حذر •

عسر الهضم أثناء الحمل

للدكتور محمد شوقي عبد المنعم

تشكو نصف الحوامل تقريبا من القيء أثناء الحمل ولكن القليلات جدا منهن يضرهن هذا القيء

ويتسبب القيء من ضعف أعصاب الحامل أكثر مما ينتج عن المرض وتنظيم الغذاء قد يشفي جميع الحالات تقريبا لو بدأ العلاج من بدء الاحساس بالقيء

ونظام العلاج سهل ميسور يتلخص في :

١ ـ اكل أي شيء صلب بمجرد الاستيقاظ من النوم مثل لقمة خبز وجبن ، او بقسماط مثلا

٢ ـ راحة تامة بالسرير مدة نصف ساعة بعد ذلك

٣ ـ استبعاد أكل الفواكه غير المطبوخة وعصيرها طول مدة الاشهر الثلاثة الاولى من الحمل

٤ ـ تناول كل الغذاء صلبا ، بدون شوربة مثلا

٥ ـ تؤخذ السوائل بين الوجبات فقط

٦ ـ يؤخذ الطعام على وجبات كل ٣ ساعات مرة وفي كل مرة شيء بسيط

٧ ـ ينصح الطبيب باعطاء مقادير من مركبات فيتامين ب١ ـ او ب٦ ـ او كلاهما معا على شكل حقن

ويشكو الكثيرات من حرقان المعدة وهذا يحدث من سوء نظام التغذية ويزول بتنظيم الوجبات والغذاء واخذ بعض المانيزيا

وتشكو غالبية الحوامل من الامساك . ويجب الا تعالجه الحامل باخذ الملينات او الشرب الا بعد استئذان الطبيب ، فالكثير منها قد يتسبب في الاجهاض

والامساك يمكن علاجه بتنظيم الغذاء والاكثار من الخضر أو بعض المانيزيا وزيت البرافين اذا لزم

فاستمرار الامساك والحزق قد يؤدي الى حدوث البواسير ومتاعبها الكثيرة وهذه ان حدثت فتعالج اثناء الحمل بالدهانات الملطفة واخذ الملينات الخفيفة طول مدة الحمل وكثيرا ما تقل او تكاد تشفى من نفسها بعد الولادة ـ اما وان تسببت في اعراض اخرى او تعذر شفاؤها بعد ذلك فتعالج جراحيا

رموش العين

للدكتور على وهبى اخصائى امراض العيون

الاعتناء برموش العين والمحافظة عليها سليمة من العوامل المهمة للجمال ... حيث ان جمال الوجه كثيرا مايكون من جمال العين وجمال العين كثيرا مايكون من جمال الرموش والعكس أصح حيث ان مرض رموش العين يذهب بجمال العين وجمال الوجه وانه لجدير بالسيدة ان تعتنى بجمال هذه الرموش محافظة منها على جمالها وهأنذا أذكر بعض الامراض التى تصيب الرموش وطرق علاجها حتى يمكنك ياسيدتى المحافظة على جمالك ٠

يصيب حافة الجفن مرض مزمن يبدو بسيطا فى بدايته حتى ان كثيرا من المرضى يهملونه حتى يستعصى ويحدث مضاعفات تشوه منظر العين وتضعف من قوة الابصار وهذا المرض معد ينتقل من المريض الى السليم ويحدث احمرارا بحافة الجفن ثم تسقط الرموش التى نحرص عليها ياسيدتى كل الحرص وهذا المرض يسمى بالتهاب الجفون ، وله أنواع متعددة٠

أنواعه :

١ ـ قد يظهر على شكل احمرار بحافة الجفون نتيجة احتقا ن الاوردة وهذا النوع يحدث غالبا نتيجة سوء استعمال العين كعدم لبس النظارة الصالحة أو العيش فى جو مشبع بالدخان اوالسهر الطويل ، ولذلك لكى تحافظى على رموش عينيك يجب تلافى كل ماذكر ٠

٢ ـ تتقدم هذه الحالة فتظهر قشور بجذور الرموش خصوصا فى الجفن العلوى تماثل قشور الراس وهى غالبا ماتكون جزءا من مرض قشور الرأس ، وفى هذا الطور من المرض تتساقط الرموش بسهولة ولكنها تنمو ثانية سليمة

٣ ـ وقد يستفحل الامر فتظهر قشور صفراء تلصق الرموش بعضها ببعض وعندما تزال هذه القشور نجد الجلد تحتها متقيحا ينزف دما ، وهذا الطور خطر حيث ان الرموش التى تتساقط قد لاتنمو ثانية فتقل الرموش بالجفن وقد تنمو الرموش ضعيفة صغيرة ملتوية وقد ينتج من التوائها مرض الشعره ـ اى نمو الرموش الى الداخل ـ فتجرح القرنية وتحدث بها قرحا قد تودى بنور العين كما أودت بجمالها ٠ كذلك قد تكون سببا فى تغيير المجرى الطبيعى للدموع فتتساقط الدموع على الوجه مما يسبب تشويه منظر الوجه وهذا نحن فى غنى عنه اذا عرفنا السبب وحاولنا تلافيه أو علاجه فى أول أمره ٠

الاسباب :

كثيرة ومتعددة منها :

١ ـ خطأ فى قوة انكسار العين وفى هذه الحالة يكون العلاج عمل نظارة طبية

٢ ـ المعيشة تحت ظروف صحية رديئة كسوء التهوية والدخان الكثير ، ولذلك ننصح بتهوية المنازل وغيرها مما تمضين فيها وقتا طويلا وعدم التعرض للدخان

٣ ـ وقد يكون السبب مرضا عاما بالجسم مثل الانيميا والضعف ، ولذلك ننصح بأن تكون السيدة فى صحة جيدة عموما واذا

وجد فى اجزاء جسمها اى مرض يجب المسارعة بعلاجه

٤ ـ أو قد يكون السبب مرض مزمن بالعين يجب المبادرة بعلاجه

٥ ـ وقد يكون السبب قشور الرأس لذلك يجب الاعتناء بعلاج مثل هذه القشور

وهناك نوع من الالتهابات يصيب زوايا الجفون فيحدث بها احمرارا وسببه عدوى بميكروب مخصوص هو عادة يصيب الكبار خصوصا فى فصل الربيع .

الاعراض : يشعر المريض بأكلان او حرقان واحمرار بالجفون واحيانا يكون ذلك مصحوبا بزيادة فى الدموع وصعوبة فى مقابلة الضوء

العلاج :

أولا ـ يجب ان نبحث عن السبب وعلاجه كما ذكرت سابقا فى اسباب المرض

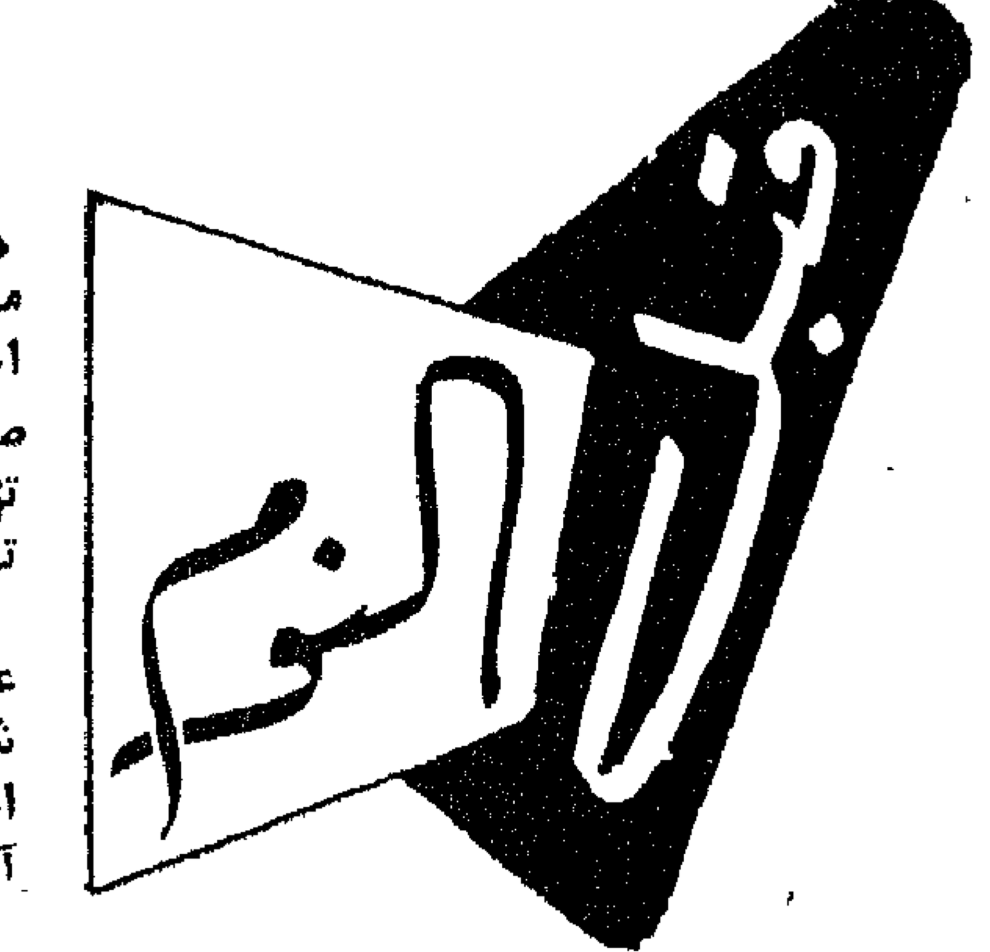
ثانيا ـ يجب ازالة القشور بالماء او محلول بيكربونات الصودا او محلول الملح الدافىء على ان تكون نسبة المحلول ٣٪ ثم يغطى الجفن بمرهم بنسلين ١٠٠٠٠ وحدة فى الجرام اذا كان الميكروب حساسا للبنسلين او بمرهم سلفا ٣٠٪ او مرهم اوربوميش ١/٠ ويجب ان يستمر العلاج لمدة لاتقل عن شهر بعد الشفاء الظاهرى وهذه النصيحة مهمة جدا حيث ان كثيرا مايعتقد المريض انه شفى ولاداعى لاستمرار العلاج وتكون نتيجة ذلك ان يظهر المرض ثانية

مرهم الراسب الاصفر : يفيد فى مثل هذه الحالات وكان هو المرهم المستعمل قبل ذلك وتوجد طرق أخرى للعلاج لا داعى لذكرها

لقد ذكرت مايصيب الرموش من الوجهة المرضية وماقد يتسبب عن هذا من ضياع جمال العين ، اما الرموش السليمة والجفون الصحيحة فيكفى الاعتناء بنظافتها مثل غسل العين فى الصباح وفى المساء قبل النوم وكذلك بعد التعرض للاتربة حتى تبدو العين دائما جميلة ، وانى أحذرك ياسيدتى من استعمال الكحل والرميل الرخيص أو الاكثار من استعمالها حيث انها تحتوى على مواد مهيجة للعين مما يتسبب عنه احمرار الجفون







• ان ثريا فتاة نموذجية بكل ما فى هذه الكلمة من معنى وقد اخترناها لك ياسيدتى لنعرض عليك صورة من حياتها كما هى دون تزويق . فحاولى انت الاخرى ان تقتفى اثرها .

ان الجمال نعمة الهية ولذا وجب عليك ان تتعهديها بالرعاية . وأول شىء يجب ان تلاحظيه كل ليلة هو ان تنظفى وجهك بعناية وتزيلى كل آثار تواليت النهار عن بشرتك . ويستحسن استعمال الفرشاة الخاصة بالوجه حتى تستاصلى كل دقائق المساحيق من مسام بشرتك

• كذلك تحرص ثريا على تناول عشاء خفيف حتى تستطيع ان تنام نوما هادئا وحتى لا تجهد جهازها الهضمى والعصبى . وقد اعتادت السهر لفترة من الوقت عقب العشاء مع عائلتها لانها تعلم ان النوم عقب الاكل مضر جدا

• وقد قالت لنا انها لم تحاول قط السهر الى ما بعد الساعة العاشرة مساء لان من حق جسدها عليها ان يستريح لمدة ٨ ساعات يوميا

• وفى بعض الاحيان تنتاب ثريا الافكار الا انها لا تستسلم لها ابدا ولذا نجدها تلجا الى كتاب طريف تقرأ فيه قليلا حتى تبتعد هذه الافكار عنها ثم تنام فى امان

شعرك .. هل تعتنين به ؟

ان طبيعة الشعر معقدة . وهذا مما يصعب علينا مهمة علاج امراضه . وصحة شعرك يا سيدتى تتعلق مباشرة بحالتك الجثمانية ولم يكتشف الى الآن علاج ناجع للشعر الرفيع أو الباهت اللون لان مثل هذه الحالات ليس من السهل اعتبارها حالات مرضية ولكنها حالات تتعلق أول ما تتعلق بفروة الرأس . ولهذا السبب يجب عليك يا سيدتى ان تستشيرى احد اخصائيى أمراض الشعر اذا صادف واصابم شعرك مرض استمر لمدة طويلة . فهذا الاخصائى يستطيع ان يصف لك الدواء الناجع

ولا تظنى ان الامر سيحتاج الى مجرد التوصية باستعمال هذا الشامبو او ذاك الدواء بل انه ربما تعدى ذلك الى وضع رجيم خاص بك اذا كان شعرك ينقصه غذاء خاص

ولعل قشر الرأس هو اكثر امراض الراس انتشارا . واليه ترجع اغلب حالات الضعف التى تصيب الشعر . وهو يظهر بأشكال متعددة ، اخطرها ذلك النوع المعدى . وهو يرجع الى جرثومة معينة استطاع الميكروسكوب كشفها . وهى تتمتع بخاصية عجيبة تجعل الشامبو لايؤثر فيها ، ولذا يجب مقاومتها بمطهرات خاصة . وهناك لوسيون خاص بازالة قشر الرأس . ففى الحالات الاولى للمرض يجب استعماله بعد الانتهاء مباشرة من عمل الشامبو . اما فى الحالات المتقدمة فيجب استعماله مرتين او اكثر فى تدليك فروة الرأس .

ان اهمال قشر الراس ينتج اغلب امراض الشعر فهو الذى يجعل الشعر رفيعا او باهتا ليست له تلك اللمعة الطبيعية المعروفة . ولايمكن لاى انسان ان يعالج هذه الحالات المذكورة مادام السبب الاصيل قائما دون علاج .

والآن ، اليك ياسيدتى بنصائحى الخاصة باستعمال الشامبو . واول نصيحة هى ان تتجنبى استعمال « مكواة » حرارتها مرتفعة حينما تبدئين فى تجفيفه . ولعله من الافضل لك أن تقومى بعمل الشامبو فى



• ان ثريا تستيقظ دائما فى الساعة السادسة صباحا وقد عجبنا لذلك كثيرا . ولما سألناها عن السر فى تبكيرها هذا قالت انها تحرص فى نومها على اعطاء جسمها راحته الكافية وارخاء عضلاتها الى اقصى حد .

منزلك فهوانسب مكان لذلك اذ ستتاح لك فرصة تدليك فروة رأسك قبل عمل الشامبو بعناية وان تجففيها بعدها فى هدوء .

ويجب عليك ان تدققى فى استعمالك للشامبو فاذا كان شعرك جافا استعملى الشامبو الصابونى . وان كان دسما فاستعملى الشامبو غير الصابونى .

اما الشعر الدسم جدا فلايمكن علاجه باستعمال الشامبو غير الصابونى لان هذا الشامبو سوف يستخلص كل الدسم من جذور شعرك ، وبالتالى سينبه هذه الجذور الى الافراز بكثرة مرة ثانية . ولذا

واخيرا لابد لى ان اذكر لك شيئا عن تلك الظاهرة التى ربما ضايقتك او ستضايقك فى المستقبل ، الا وهى الشعر الابيض . ان هذه الظاهرة لم يكتشف لها علاج حتى الآن . ولا ريب ان اساسها يرجع الى مرض عضوى عندك .

وتستطيعين ياسيدتى ان تتفادى الشعر الابيض بتناول بعض المركبات المعدنية مثل الحديد بالاضافة الى فيتامين «ب» وبعض الحمضيات تحت اشراف طبيبك . ولكن ارجو ان لاتعتقدى ان هذا العلاج سيزيل الشيب من رأسك ، ويجدر بى ان اذكر لك فى الختام ان هناك



أوصيك باستعمال شامبو ذى صابونية معتدلة مختلطا ببعض اللانولين فى مثل هذه الحالة .

صبغات خاصة للشعر تعمل على اخفاء الشيب وتغذى فروة رأسك فى نفس الوقت .



١ - اذا كنت تشكين من خشونة بشرتك واتساع مسامها ومن جفافها فى نفس الوقت ، فلا بد وان هناك مواد حمضية زائدة تحت جلدك وهى سبب الجفاف الذى تعانيه • اما اتساع المسام فيرجع الى مغالاتك فى استعمال الادهنة الدسمة لعلاج بشرتك • هذا هو تشخيص حالتك

اما العلاج فيتلخص فى استعمال لوسيون غير حمضى قد يخيل اليك فى المراحل الاولى لاستعماله انه يزيد من جفاف بشرتك • ولكن تغلبى على هذه الحالة بتغذية بشرتك بكريم جيد صباحا ومساء •

واظبى على علاجك السابق ولاحظى فى بداية كل يوم ان تزيلى بعناية اثار كريم المساء بغسل وجهك بالماء والصابون وستجدين ان بوادر النجاح قد اخذت فى الظهور تدريجيا • وانى احذرك مقدما بعدم استعجال النتائج ، فالامر





وزارة الصحة العمومية

تقبل العطاءات بمكتب سعادة المدير العام لمصلحة الحجر الصحى بالاسكندرية لغاية ظهر يوم ٢٨-٦-١٩٥٢ عن توريد: ١ - كساوى وملبوسات ٢ - مهمات وأدوات نظافة ويمكن الحصول على الشروط مقابل مبلغ مائتى مليم عن كل عطاء يضاف اليه مبلغ خمسين مليما أجرة البريد وتقدم الطلبات على عرضحال دمغة فئة خمسين مليما • (١٦٥٨)

وزارة الشئون البلدية والقروية

تقبل عطاءات بمكتب حضرة المحترم مدير الادارة الهندسية القروية بالفيوم لغاية الساعة ١٢ من ظهر يوم الاثنين الموافق ١٦-٦-١٩٥٢ عن توريد الادوات المطلوبة لتوصيل المياه الى المجموعة الصحية القروية بناحية الغرق السلطانى مركز اطسا مديرية الفيوم • ويقدم الطلب على ورقة تمغة من فئة الخمسين مليما للحصول على نسخة من الشروط والمواصفات نظير مبلغ ثلثمائة مليم بخلاف مائة مليم أجرة البريد ويجب أن يكون العطاء مصحوبا بتأمين ابتدائى لا يقل عن ٢ ٪ من قيمته وكل عطاء سيصل الادارة مخالف لذلك سوف لا يلتفت اليه • (١٦٦٠)

اعلان بيع ثمار

تعلن منطقة القاهرة الشمالية عن بيع ثمار مدرسة شبرا الثانوية للبنين بسراى طوسون باشا بشبرا ومدرسة عين شمس الثانوية بعين شمس وذلك بالمزاد العلنى بدار المدرسة الاولى فى الساعة العاشرة من صباح يوم الاثنين ١٦ يونية ١٩٥٢ وبدار المدرسة الثانية فى الساعة العاشرة من صباح يوم الاربعاء ١٨ يونيه ١٩٥٢ فعلى راغب الشراء الحضور للمزايدة والاطلاع أولا على شروط البيع الموجودة بدار كل من المدرستين (١٦٢٥)



تسألنا بعض القارئات عن فوائد كريم القاعدة (الفون دى تان) وطريقة وضعها على الوجه .
وها نحن اولاء نقدم على هذه الصفحة الخطوات التى يجب أن تتبعها كل سيدة تريد أن تكون لها بشرة ناعمة جميلة .
ويجب الا تنسى مسألة غاية فى الاهمية وهى أن تختارى فون دى تان من نوع جيد لئلا يؤذى بشرتك على ان ينسجم لونه ولونك.

يحتـــاج الى بعض الصبر والمجهود

٢ ـ هنـــاك كثير من السيدات يجهدن انفسهن فى عمل التواليت وللاسف الشديد يذهب هذا المجهود سدى بعد مدة قصيرة ، اذ يجدالناظر اليهن ان بشرتهن قد علتها لمعة واضحة بسبب طغيان الافرازات الدهنيـــة على المساحيق والادهنة .

والسبب هــو عــدم اختيارهن لـ « الفـون دى تان » المناسب . اما العلاج اذا قابلتك هـــذه الحالة ياسيدتى فهو ان تستعملى لوسيونا مضادا للافرازات الدهنية ، كمايجب عليك ان تغسلى وجهك صباحا ومساء بصابون يدخل فى تركيبه مادة الانولين . ولاحظى علاج بشرتك فى النهار بأحد المحاليل القابضة قبل عمل التواليت . امافى المساء بعد ازالة تواليت النهار ، فعليك باستعمال نفس السائل القابض ثم دلكى بشرتك بقطعة صغيرة من كريم خفيف



هل أسنانك هى السبب ؟

للدكتور معوض ميخائيل

سبب الاحمرار

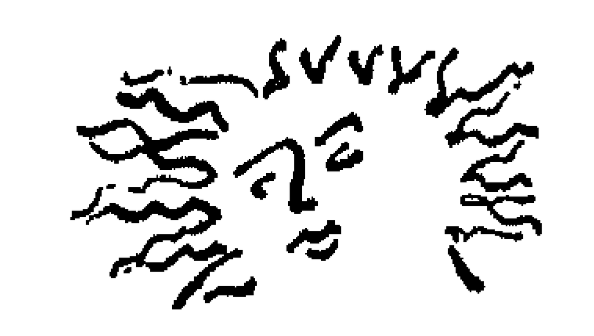
لاتقتصر امراض الاسنان واللثة على ضررها الموضعى ولكنهـا تكون السبب فى عدة امراض اخرى بأعضاء الجسم المختلفة ، ففى مرض البيوريا نجد ان استمرار ابتلاع الصديد له تأثيرضار على القناة الهضمية فينتج عنه الانيميا والتهاب المعدة المزمن وماقد يعقب ذلك مثل قرح المعدة او الامعاء او سرطان المعدة فى النهاية

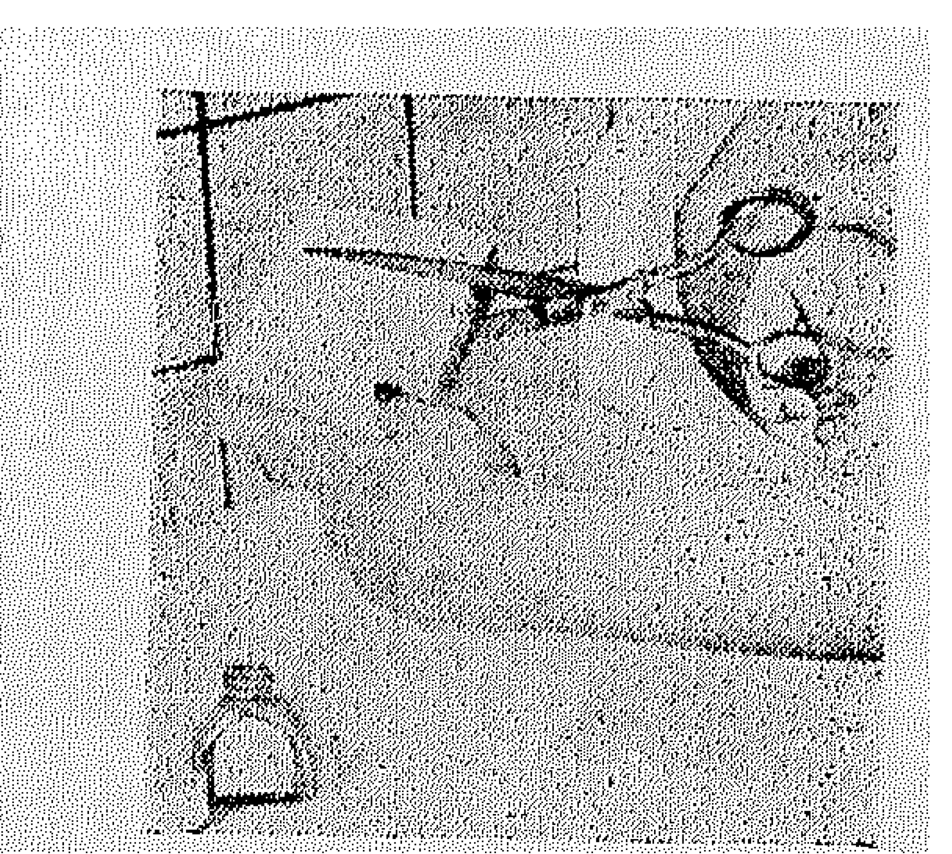
أمراض الاسنان الكامنة

وفى حالة امراض الاسنان الكامنة تحت جذورها تتسرب الميكروبات وسمومها بطريق الدم مباشرة وربما يمتد تأثيرها الى القلب اوالرئتين اوالكليتين ، وغالبا ماتكون الاسنان مسئولة عن حالات كثيرة مثل امراض الروماتيزم والتهاب المفاصل وعرق النسا وامراض العيون

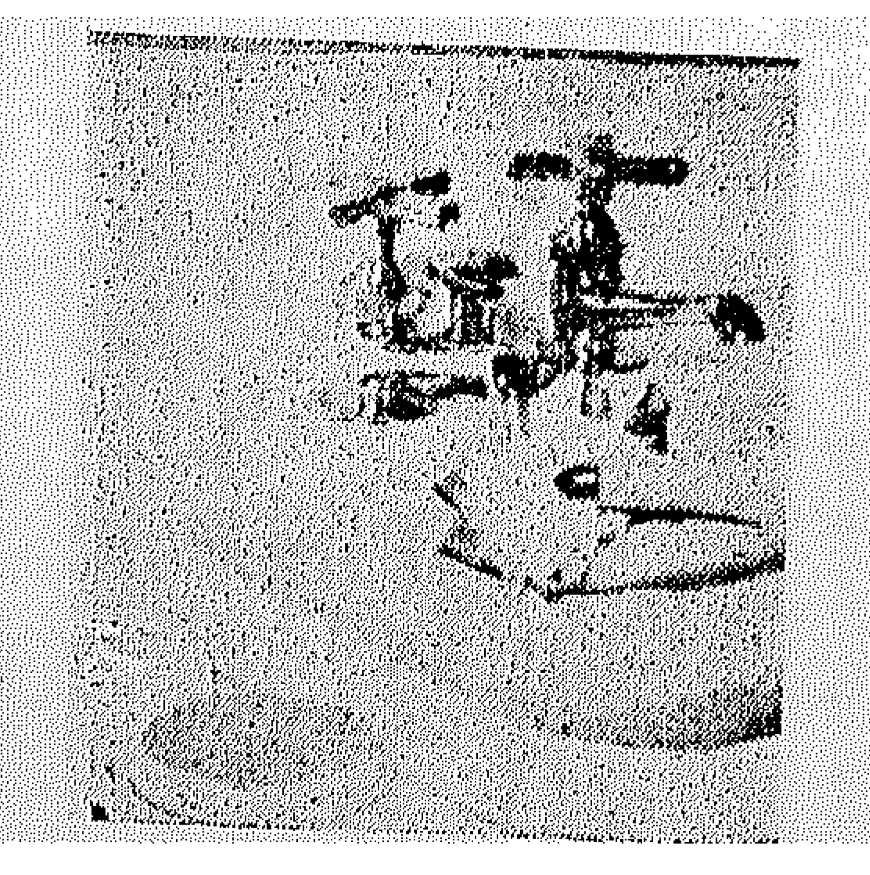
خرافة خلع الاسنان

ولايغرب عن البال ان كل هذه الامراض السابقة تتسبب عن ميكروبات صادرة من اجزاء اخرى من الجسم غير الاسنان لذا لايجب التسرع فى القاء التبعة على الاسنان واستئصالها فقد لوحظ فى حالات كثيرة عندمايفشل الطبيب الباطنى فى اكتشاف سبب آخر للمرض غير الاسنان ان ينصح لمريضه بخلع اسنانه ويتشبع المريض بالفكرة وينفذها ليتخلص من آلامه وبعد فوات الوقت لايشعر بأى تحسن وتكون النتيجة انه اضاف الى آلامه الاصلية عناء خلع الاسنان الطبيعية واستعماله طقم اسنان صناعية ، ولا تقل مسئولية طبيب الاسنان عن الطبيب الباطنى فى هذه الناحية فعليه وحده ان يراعى اهمية الاسنان كجهاز للمضغ وعامل هام فى تسهيل عملية الهضم التى تتوقف عليها صحة اجسامنا ، فلا يضحى بالاسنان الااذاكانت غير قابلة للاصلاح وثبت له من الصور التى تؤخذ بالاشعة السينية ان بقاءها خطر على الصحة العامة .

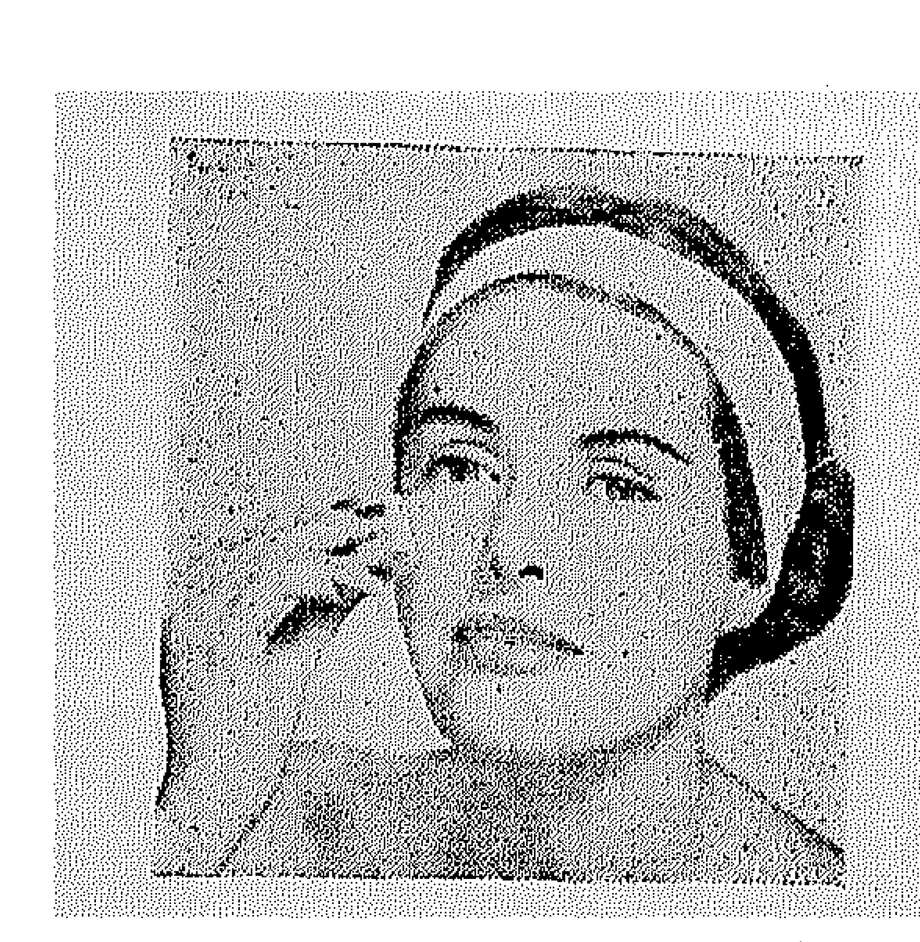




١) لوضع الكريم على وجهك استعملى قطعة من القماش الاسفنجى الخاص بذلك . قسميها الى قطع صغيرة ثم ضعى عليها كريمك المختار



٢) اما احسن طريقة لمسح بشرتك بالبنكيك فهى أن تستعملى قطعة من الاسفنج العادى المبللة بالماء بعد تمريرها بخفة على قرص البانكيك



٣) انشرى الكريم بلطف على كل وجهك ورقبتك ، حتى يصل الى حدود شعرك . واياك أن تنسى ما حول عينيك . وتأكدى من انتشار الكريم بدرجة واحدة على كافة وجهك بتمرير بطن أصابعك على بشرتك برفق

كوني ..

ان اقصى ما تطمح اليه كل سيدة ان تكون موفقة فى زواجها . فكيف الطريق الى هذا هذا ما سنعالجه فى المقال التالى . فلعل رأينا يحظى برضاك ..

لاريب فى انك تسعين الى جذب اهتمام رجلك ياسيدتى . وليس فى هذا سر أوعيب . انه حقيقة يجب أن نسلم بها نحن السيدات على طول الخط . ولطالما سألت نفسى فى كثير من الاحيان كلما صادفت فتاة جذابة : «لماذا لم تتزوج حتى الآن؟ انها جميلة وليس بها من عيب وفى امكانها ان تكون زوجة سعيدة» وأعتقد انك سألت نفسك مثل هذا السؤال بين وقت وآخر .

ان نواحى الجاذبية والجمال التى نشعر بها نحن السيدات فى واحدة منا أو أخرى ليس من الضرورى أن تستدعى انتباه الرجال . وانه لمن حسن حظنا أننا نختلف فى تقرير مقومات الجاذبية والجمال فهذا الاختلاف يحدث أيضا بين الرجال ..

ان أهم مايجب أن تتحلى به كل امرأة هو الثقة بالنفس . وكل من ليست فيها هذه الصفة غير جديرة بأن يثق فيها اى رجل . وللاسف الشديد نجد الكثيرات من سيداتنا يعتمدن أكثر مايعتمدن لا على قوة شخصيتهن بل على ابراز نواحى الجمال التى يتمتعن بها . حقيقة ان الرجال يجذبهم الجمال ولكن الزواج فى نظرهم ليس هو الجمال فقط بل ان مقوماته أكثر من ذلك .

ان كل امرأة جميلة يجب عليها ان تثبت للرجل الذى يحظى باهتمامها انها اهل لقبول الحياة معه بمشاقها وأفراحها . أى يجب أن تثبت له انها ربة بيت عطوفة تفهم الحياة وتقدر ظروفه .

وهناك حقيقة اخرى يجب ان تعرفيها ياسيدتى وهى ان الجمال لاتنعكس آثاره بالعين فقط . ولكن هناك حواس اخرى فى تركيب الرجل تعمل عملها وتعطى بحكمها هى الاخرى . وهى حاسة الشم وحاسة السمع . ولذا يجب عليك ياسيدتى ان تشعرى رجلك برقتك ونعومتك وبطيب رائحتك وحلاوة أنغام صوتك .

والغالبية العظمى من الجنس الخشن لاتفهم فى الموضة والملابس ، واكثر مايهم الرجل فى هذه الناحية ان تكون زوجته أنثى بكل مافى هذه الكلمة من معنى فى مظهرها ومخبرها . وانى أنصحك ياسيدتى ان تهتمى بخلع ملابسك



زوجة مثالية

قدر اهتمامك بارتدائها . ولاتحسبى هذا هينا بسيطا بل انه من الاهمية بمكان عند الرجل .

ان سعادة كل امرأة تتوقف على توفيقها فى الزواج . وكل امرأة غير موفقة فى زواجها غير سعيدة قطعا . ان مهمتك ياسيدتى لاتقتصر على الحصول على زوج ، ولكن فى استمرار زواجك، ولاتغترى اطلاقا اذا نجحت فى الحصول على الشطر الاول فهذا نجاح مؤقت سيعقبه فشل مؤكد اذا لم تعملى على تحقيق الشطر الثانى .

ان الرجل حينما يتزوج يطلب من زوجته أن تغذيه بالاطمئنان والراحة وان تشعره بأن زواجه لم يجلب سوى مسئوليات جديدة ولكنه وجد له شريكا عطوفا فى تحمل هذه المسئوليات الجديدة بالاضافة الى المسئوليات القديمة .

ان من اهم واجباتك ياسيدتى ان تكونى صديقة لزوجك . ولعل من اهم اسباب فشل الزواج هو شعور الزوج بأنه يبذل أكثرمما ينال . فلكى تكونى محبوبة ضعى نصب عينيك ان تكونى محبة . وبدلا من ان تركزى جهدك فى الاهتمام بنفسك وجمالك حولى هذا الجهد اليه واهتمى به الاهتمام الذى يستحقه .

وهناك كلمة بليغة قالها برناردشو فى كتابه «الانسان والانسان الاعلى» وهى : « ان وظيفة المرأة هى الحصول على زوج بأسرع مايمكن ووظيفة الرجل هى ان يظل عزبا اطول فترة ممكنة » .

ففى استطاعة الرجل ياسيدتى - ولا جدال فى ذلك - ان يعيش بدون زواج . وقد تعجبين لذلك ولكن التجربة اثبتت ذلك . انظرى الى الجنود فى الحرب الاخيرة .... لقد عاشوا واعتمدوا على انفسهم فى كل شىء وقد بلغ الامر الى حد ان بعض الدول الاجنبية كانت تعلم جنودها التطريز والحياكة وما الى ذلك من الاشغال التى كنا نعتبرها احتكارا لاينازعنا فيه أحد .

ابحثى ياسيدتى فى صميم نفسك وفى الاجواء التى تحيط بك عن سبب تعاستك اذا كان هناكماينغص حياتك . وحاولى ان تعالجى مشكلتك وصممى على النجاح فسوف تنجحين قطعا . وقدتكون لزوجك اطوارغريبة فتحمليها ولاتحاولى ان تعرضى به امام الناس فالرجال يمقتون هذا مقتا شديدا . والخلاصة هى ان مهمتك فى الحياة ليست سوى ان تخلقى من رجلك زوجا سعيدا . وهذه السعادة لن تعود على احد قدر ماتعود عليك ..

ا . خ

فستان للصباح وللمساء

قبل أن نقدم هذا الفستان الى قارئات بنت النيل نود ان نسجل اعجابنا بذوق المرأة المصرية فى اختيار المودات التى تلائمها دائما وليس هذا الاعجاب اعجاب ارتجالى بل انه مبنى على رأى أصحاب محلات التفصيل الكبيرة . وفى هذا يقول ميشو الخياط ونحن نعلم انه قد عرف ذوق المرأة الفرنسية فى الفترة الطويلة التى قضاها فى فرنسا لدراسة فن التفصيل ففستان هذا الشهر يا سيدتى كسابقيه راعينا فيه الذوق والاناقة ولكنه يمتاز بانك تستطيعين ارتداءه فى الصباح او فى المساء على السواء ..

فاذا اردت ارتداءه فى الصباح فعليك بصنعه من الاقمشة الفاتحة مع احاطة اطرافه بالليزريه وبالطبع يكون الليزريه مناسبا للون القماش .. اما اذا اردت عدم استعمال الليزريه فانه يمكنك ان تطرزى اطراف الثوب تطريزا بسيطا يتفق مع الذوق ولا يكون معقدا بحيث يضيع جمال الثوب

اما اذا رغبت فى ارتداء هذا الفستان فى المساء أى استعماله كفستان تواليت فانه يمكنك ان تصنعيه من الاقمشة الغامقة على أن تحيطى اطرافه بالجالون ويحسن دائما اختيار اللون الذى يناسب بشرتك .

ويجب الا تنسى ياسيدتى ان هذا الفستان يجب عمله من الاقمشة السادة وحينئذ يمكنك عمل ازراره من نفس القماش

والجديد فى هذا الفستان هو تلك الجيوب البديعة التى تكسبه جمالا وتناسقا يتفق مع بقية أجزاء الثوب وقد وجدنا ان هذا الموديل يتفق تماما مع فصل الصيف ومع الذوق المصرى .. وقبل ان ندلك على الطريقة التى تصنعين بها هذا الفستان نلفت النظر الى ان الباترون المرسوم قد عمل على مانيكان مقاس ٤٤ وهو المقاس الطبيعى الذى يتفق مع جسم اغلب المصريات وهذا المانيكان مقاساته كالاتى :

٩٦ سم محيط الصدر ـ
٨٠ سم محيط الوسط ـ
١٠٦ محيط الجزء الاسفل من الجسم . اما طول الظهر فهو ٤٠ سم والطول من الامام ٤٣ سم وعرض الظهر ٣٧ سم وطول الجونيلة ٧٥ سم وطول الكم ٢٥ سم .

وبالطبع ليس معنى هذا ان جميع المصريات تنطبق عليهن هذه المقاسات بل انها تختلف وعلى ذلك يجب ان تدربى نفسك على طريقة تكبير الباترون وتصغيره **ويمكنك أن تطلبى هذه الطريقة مجانا من محلات ميشو .**

ولعمل هذا الباترون ابدئى برسم مستطيلات تتناسب ابعادها مع الابعاد المبينة بالرسم وبحيث تكون متفقة مع مقاساتك .

وبعد أن ترسمى هذه المستطيلات والخطوط المبينة عليها بالابعاد الملائمة ثبتى هذه المستطيلات على القماش بحيث يكون طول كل مستطيل موازيا للنسيج الطولى للقماش أى موازيا للبرسل

وبعد ذلك قصى القماش مع ترك المسافات المناسبة للخياطة .

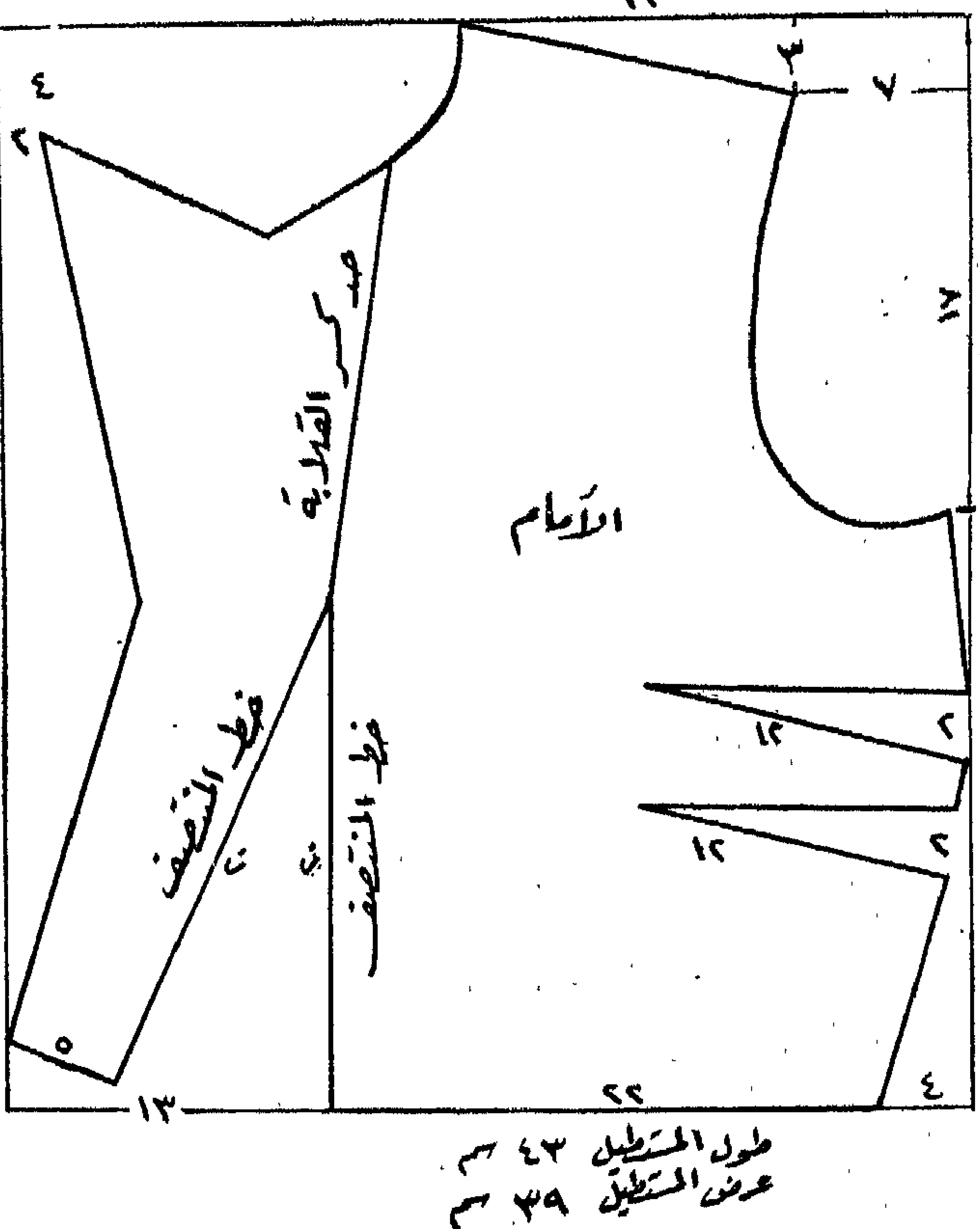
طول المستطيل ٣٨ سم
عرض المستطيل ٢٨ سم

الكول

طول المستطيل ١٦ سم
عرض المستطيل ٩ سم

الجيب

زاوية قائمة بارتفاع ٢٦ سم وعرض ٣٣ سم

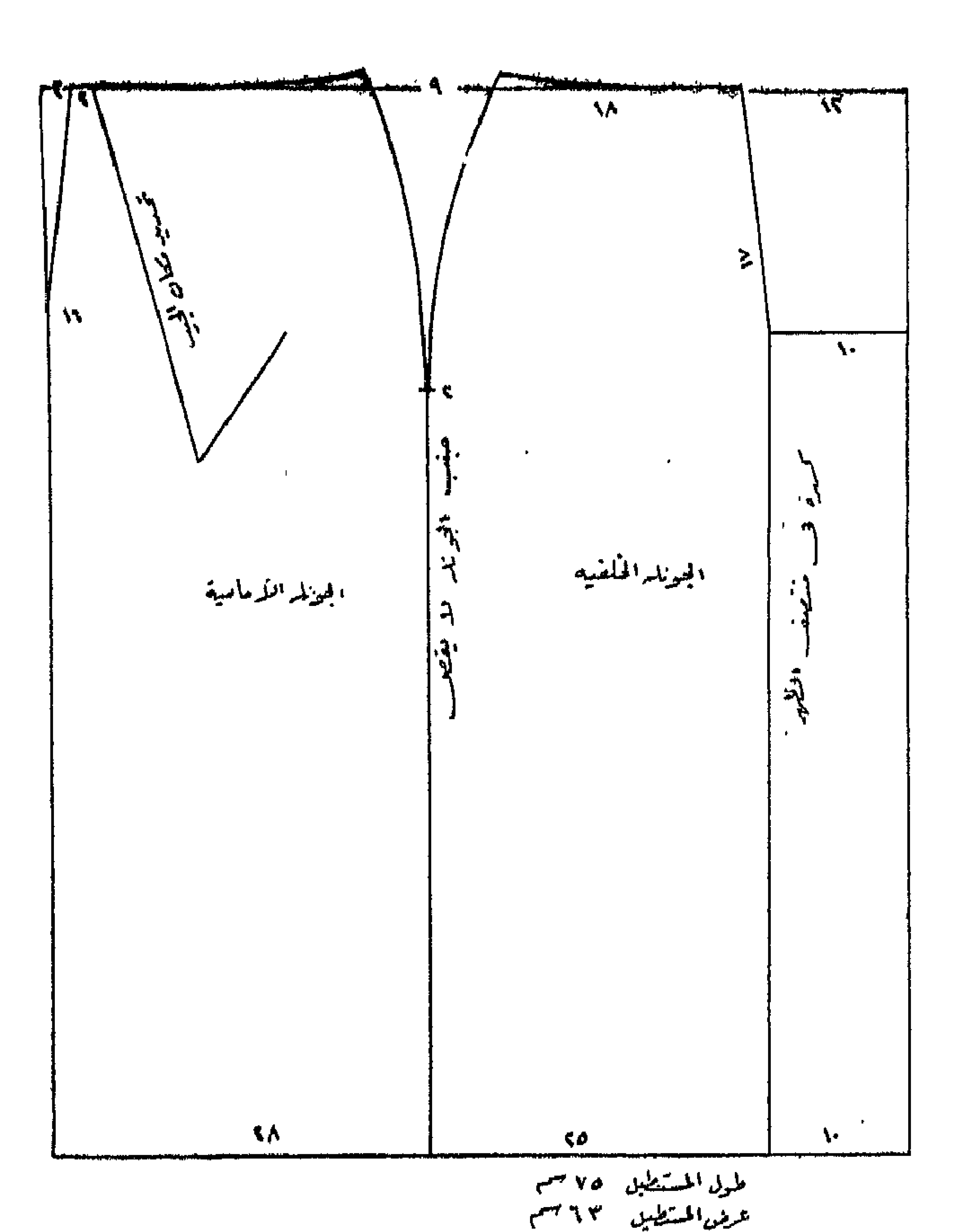


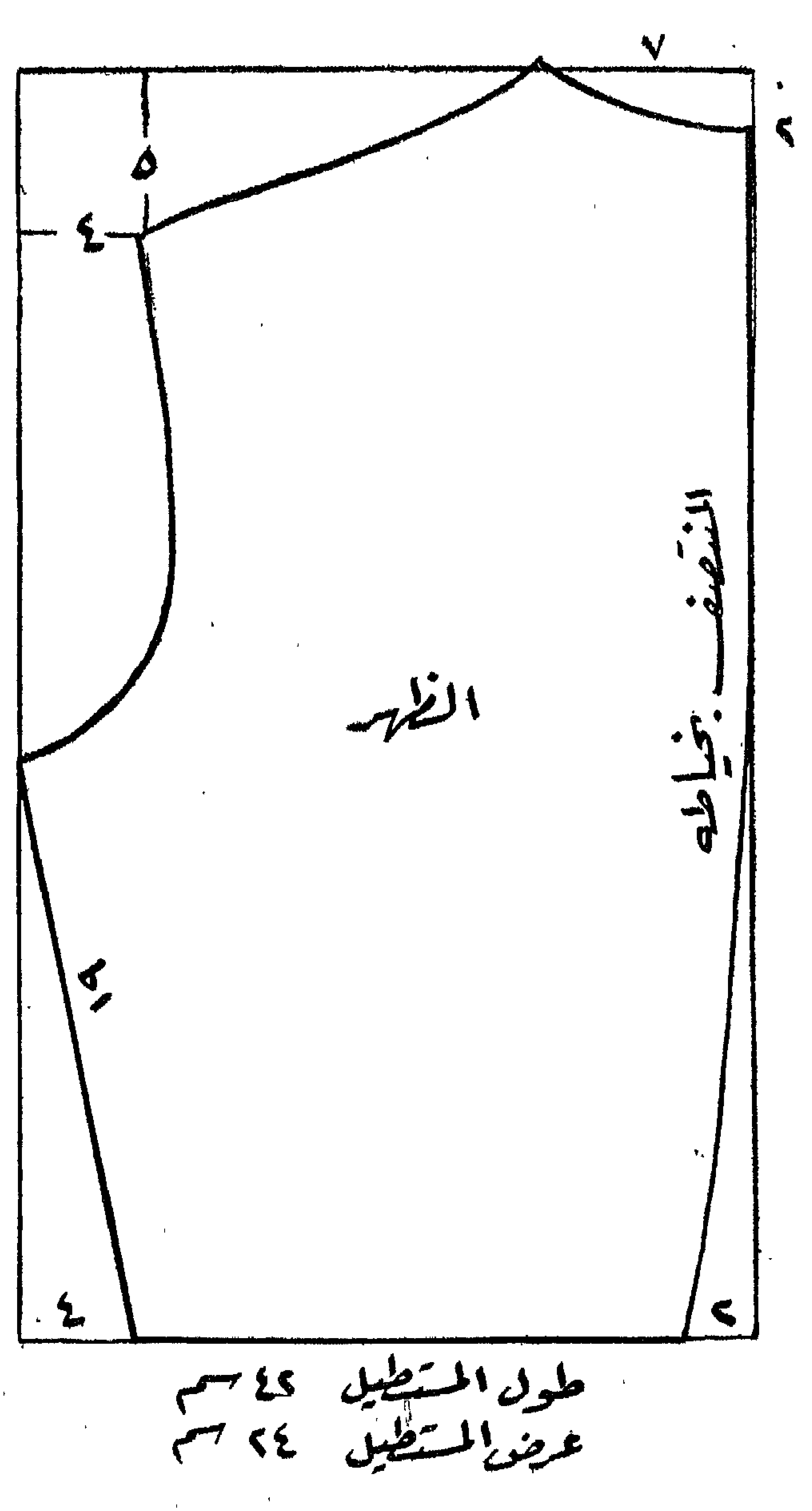
طول المستطيل ٤٣ سم
عرض المستطيل ٣٩ سم

واذا لم تنجحي فانه يمكنك الحصول على هذا الباترون **من محلات ميشو للتفصيل والخياطة ١٥ شارع فؤاد الاول بالقاهرة**

ملحوظة : كنا قد ذكرنا في العدد الماضي خطأ ان الدراسة الخاصة بفن التفصيل لقارئات بنت النيل هي ١٠٠ قرش ولكنها في الحقيقة ١٠٠٠ قرش . اما باقي اسعار الخياطة الخاصة بالقارئات فهي :

صـ	
٣٠٠	اجرة خياطة الفستان
٤٠٠	اجرة خياطة بالطو او تايير
١٥٠	قص وسراجة مع البروفة
٥٠	عمل باترون





كوبون

لحاملة هذا الحق في الحصول على باترون للفستان المرسوم وذلك نظير خمسة قروش وثمانية قروش لمن تريده بالبريد المسجل ارسليها لمحلات ميشو للتفصيل ١٥ شارع فؤاد الاول بجوار الجراند اوتيل

الخوف عند الاطفال

ان كل يوم يمر على الطفل فى الحياة يطبع فى ذهنه مشاهد ومعلومات جديدة . ويجب على كل أم ان تعلم ان لهذه المشاهد والمعلومات انعكاسات يظهر اثرها بعد ذلك فى تصرفات الطفل حينما ينمو

ان الطفل ياسيدتى يخاف من كل شىء غريب يراه • ولذا يجب عليك ان تحاولى قدر الامكان ابعاده عن كل مايخيفه • واحذرى من هدهدة طفلك بشدة أوتعريضه للحركات العنيفة فبعض الامهات يعتقدن عن حسن نية ان مثل هذه الحركات تسلى الطفل فى حين انها تدخل الرعب والجزع الى قلبه • ان حب الغريب وعشق المخاطرة لايولدان مع الطفل بل يظهران فى نفسيته بعد انقضاء المراحل الاولى من نموه التى تأتى بعد السنة الاولى من مولده •

ويجب عدم الاكثار من عناق الطفل وتقبيله لان مثل هذه الافعال تجعل الطفل ذاحساسية مرهفة وتقلل من روح المقاومة وتضعف الارادة فيه • وانا لااقصد بالطبع من هذا الكلام ان تجبر الام نفسها على عدم اظهار عواطفها نحو طفلها ولكنى انصح بعدم احاطة الطفل دائما بجو ملتهب بالعواطف

مرحلة الفطام : ان كل ام تعرف ولاريب ان عملية الرضاعة لها لذة كبيرة عند الطفل • ولكن هذه العملية لن تكون قوام حياته على الدوام • ولذا يجب على كل ام ان تمهد لفطام طفلها بحرص وعناية • اذ ان اى تغيير مفاجىء فى مقومات حياة الطفل يعكس آثارا فائقة الخطورة فى مستقبله • وانى انصح كل سيدة بأن تبدأ بتعويد طفلها على عدم الاعتماد على ثديها كلية بعد مرور السنة الاولى من مولده • ثم عليها بعد ذلك ان تبدأ فى مرحلة الفطام الجدية ، ويستحسن تعويده فى هذه المرحلة على ان يغذى نفسه بنفسه بواسطة ملعقة صغيرة • وستجدين ياسيدتى صعوبة كبيرة فى البداية ولكن عليك بالصبر والمثابرة حتى تنجحى ان الطفل نفسه سيجد لذة كبيرة عندما يحس بأنه قادر على الاعتماد على نفسه • فاتركيه يخدم نفسه وعلميه القيام باحتياجاته تدريجيا وببطء وصبر • ان كل مجهود تبذلينه فى هذا السبيل خلال الخمس السنوات الاولى من حياته ستكافئين عليه مكافأة حسنة فسيكون فى مقدورك ان تشاهدى بعينيك طفلا قوى الشخصية مملوءا بالحيوية والثقة •

وحاولى قدر طاقتك ان لاتتدخلى فى تصرفات طفلك حينما يطعم نفسه او يلبس ملابسه ولكن اتركيه يحاول ثم اصلحى اخطاءه دون ان تجعليه يحس بأنه مخطىء والافانه ينمو وفى نفسه شعور بالنقص يصعب ازالته •

وضعى نصب عينيك دائما ان تهيئى لطفلك اجواء ليست فيها منغصات او معكرات لان مثل هذه الاجواء قد تؤثر فى اعصابه فتجعله ضيق الصدر سريع الانفعال• ان البيئة هى العامل الاكبر فى تكوين طباع الطفل

ولاتحاولى اجباره على تناول الطعام أو ارتداء لباس معين او تناول شراب معين واظهرى له على الدوام ان تناول هذا الطعام او الشراب اوارتداء هذا اللباس ليس مهما عندك

نطق الطفل : ان تعليم طفلك الكلام ليس بالمشكلة الصعبة ياسيدتى • فالبيئة التى يحيا فيها كفيلة بجعله يلتقط الالفاظ ويتعلمها • ولكن عليك بأن



تكلميه بألفاظ واضحة سهلة قدر الامكان · وان تبعديه عن جو المشاحنات التى ربما تحدث فى المنزل حتى لايلتقط لفظة لايصح ان يتعلمها فى سنيه الاولى على الاقل ·

استقلال الطفل : ان تعويد الطفل الاعتماد على نفسه والشعور باستقلال شخصيته ، مهمة غاية فى الاهمية · وانسب وقت لتنمية هاتين الصفتين هو الوقت الذى يبدأ فيه الطفل فى الحبو وتعلم المشى والوقوف · ان تعلم الطفل لهذه الحركات يعرضه لكثير من الصدمات والاخطار فلا تنزعجى ياسيدتى كلما زلت قدم طفلك أو اصابته رضه بل اتركيه يحاول ويحاول ففى هذا بناء لشخصيته وتقويم لطباعه · ان اسوأ تصرف تقومين به فى مثل هذه الحالات ان تنحنى على طفلك وتأخذى فى تدليله وتقبيله فان مثل هذه التصرفات تجعل الخوف يراود قلبه وتنمى فيه عادة الاتكال عليك او على غيرك ان تغيبت عنه ·

أم مجربة

تذكرى ياسيدتى :

١) ان كل شىء غريب كفيل بتخويف طفلك فابعديه قدر الامكان عن البيئات والشخصيات الغريبة عليه

٢) ان فترة الفطام من ادق الفترات التى تمر بحياة طفلك ويجب عليك عدم مفاجآته بها على حين غرة وبدون تمهيد

٣) ان طفلك يجب ان يعتاد الاعتماد على نفسه وعدم القاء كل احماله عليك

٤) ان كثرة تدليل الطفل وتقبيله يفسدانه فينبغى عليك الاقلال من اظهار عواطفك نحوه بهذه الصورة قدر الامكان

٥) ان اجبار الطفل على تناول الطعام او الشراب او ارتداء لباس معين يجب تفاديه قدر الطاقة

امتحن معلوماتك

الاجابة الصحيحة على الاسئلة المنشورة فى ص ٦ و٧

١ ــ كانت نفرتيتى زوجة للملك اخناتون

٢ ــ تم فتح اسبانيا على يدى القائد طارق بن زياد

٣ ــ عرفت المصرية المدارس اول مرة فى عهد محمد على الكبير

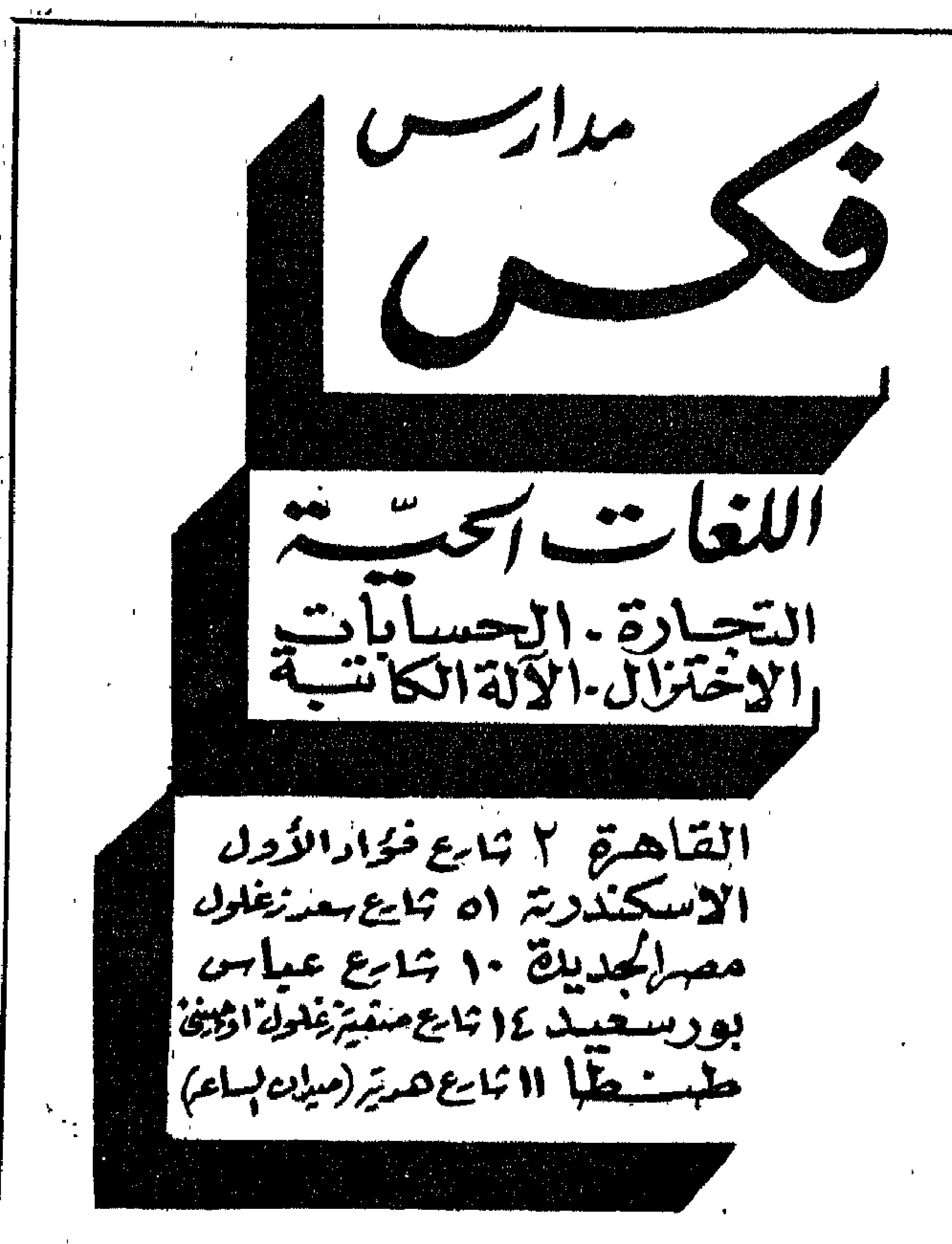
٤ ــ كانت مدام جوليييت آدم تؤيد مصطفى كامل باشا فى جهاده

٥ ــ بنيت كلية الآداب على نفقة الاميرة فاطمة اسماعيل

٦ ــ تنتمى البيجوم لياقت على خان الى الباكستان

٧ ــ تتمتع المرأة بحقوقها السياسية فى سوريا

٨ ــ اشتهرت السيدة عائشة التيمورية بأنها شاعرة كبيرة





زهرة البانسيه

من احب الزهــور الى النفس زهرالبانسيه الجميل فهو يرمز الى الاخلاص والوفاء وألوانه البديعــة الهادئة توحي بالشــعور بالمحبة والالفة ولاشــك ان هذه الوحدة الانيقة ستكون موضع اعجابك فاجعلى منها باقة مختارة تضعينها عـلى اية قطعة مناسبة سواء عـلى ثوبك اوعلى مفارشك .

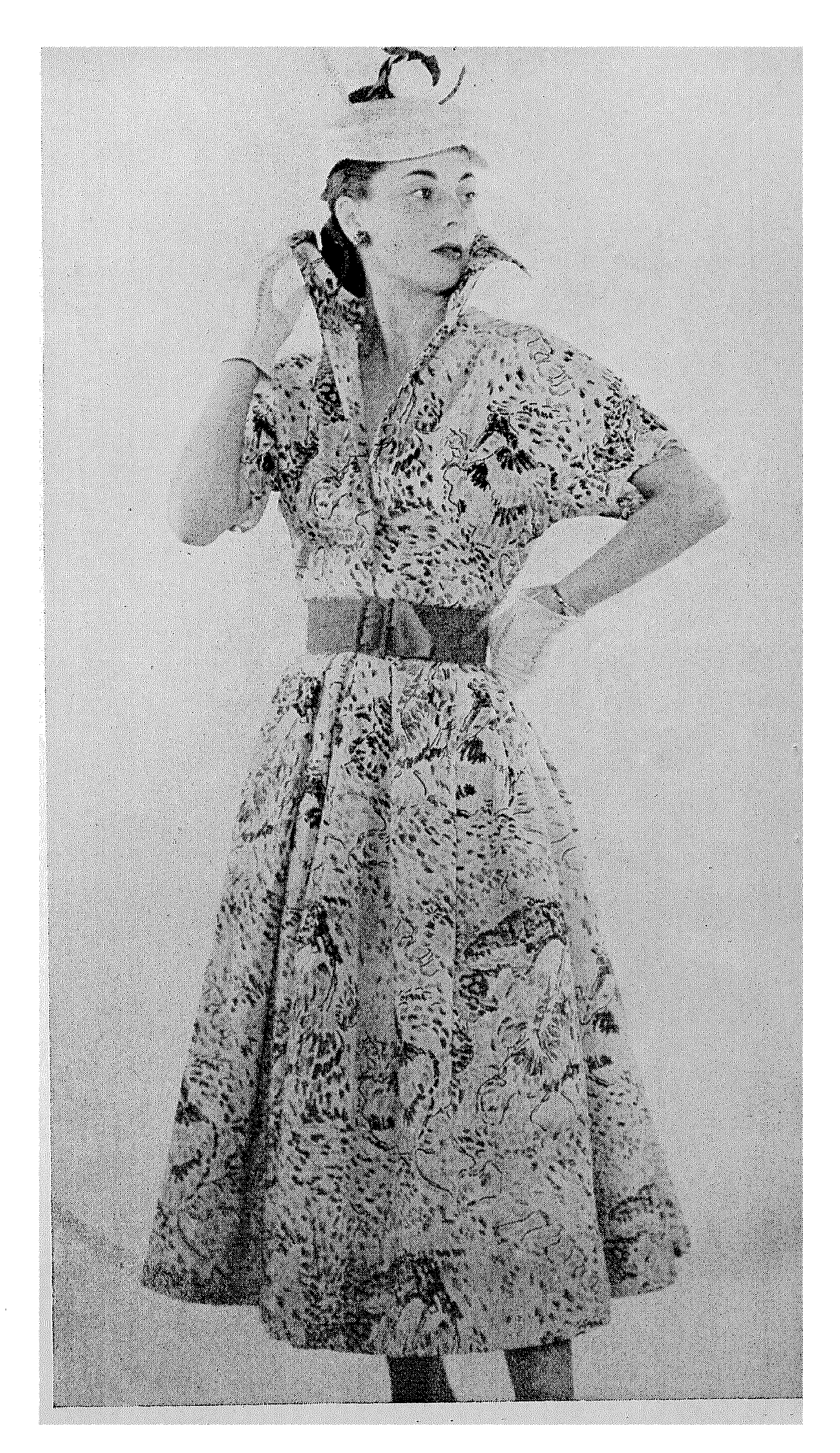
وامامى عدة رسائل من قارئات بنت النيل العزيزات يطلبن المشورة فى تطـريز فساتين اوتايبرات بأشـغال الابرة وهذه الوحدة تصلح لان تكون فى أعلـى الصدر من الشمال سواء اكان ذلك على فستان ام جاكيت تايور ومن المستحســن ان يكون الشغل اغمق قليـلا من لون الفستان ، اما اذا كان لون الفستان كحليامثلا فالتطريز باللون الابيض يضـفى على التايور منظرا جميلا وطريقة شغل هذه الوحدة سـهلة جدا . فالزهر مشــغول بغرزة البرودريه الانجليزى ومن الداخل غرزة البـذور اما الورق وســاق الزهر فمشغولة بغرزة البوان دى تيج البسيطة ويجبان يكون الخيط من ماركة معـروفة ، وذلك حتى لايتلف القماش أثناء الغسيل ويمكنك ايضا ان تضعى هذه الوحدة عـلى جانبى التايور على هيئــة الجيوب وفى هــذه الحالة يستحسن عدم وضــع اى شيء فى أعلى الفستان ويكتفى بهذه الجيوب اللطيفة .

اما اذا كنت تودين ان تطرزى هذه الباقة على مفارش لمنزلك فهى تصلح فقـط لان تكون وحدة متكررة على مفرش كبير لمائدة الطعـام مثــلا ويمكنك ان تلونى مجموعة الزهــور باللونين الغامق والفاتح ، واما الورق والفــروع فتكون باللون الاخضر الغامق ويستحسن ان يكون لون قماش المفرش كريما فاتحا او غامقا ليبرز لون الباقة البنفسجية .

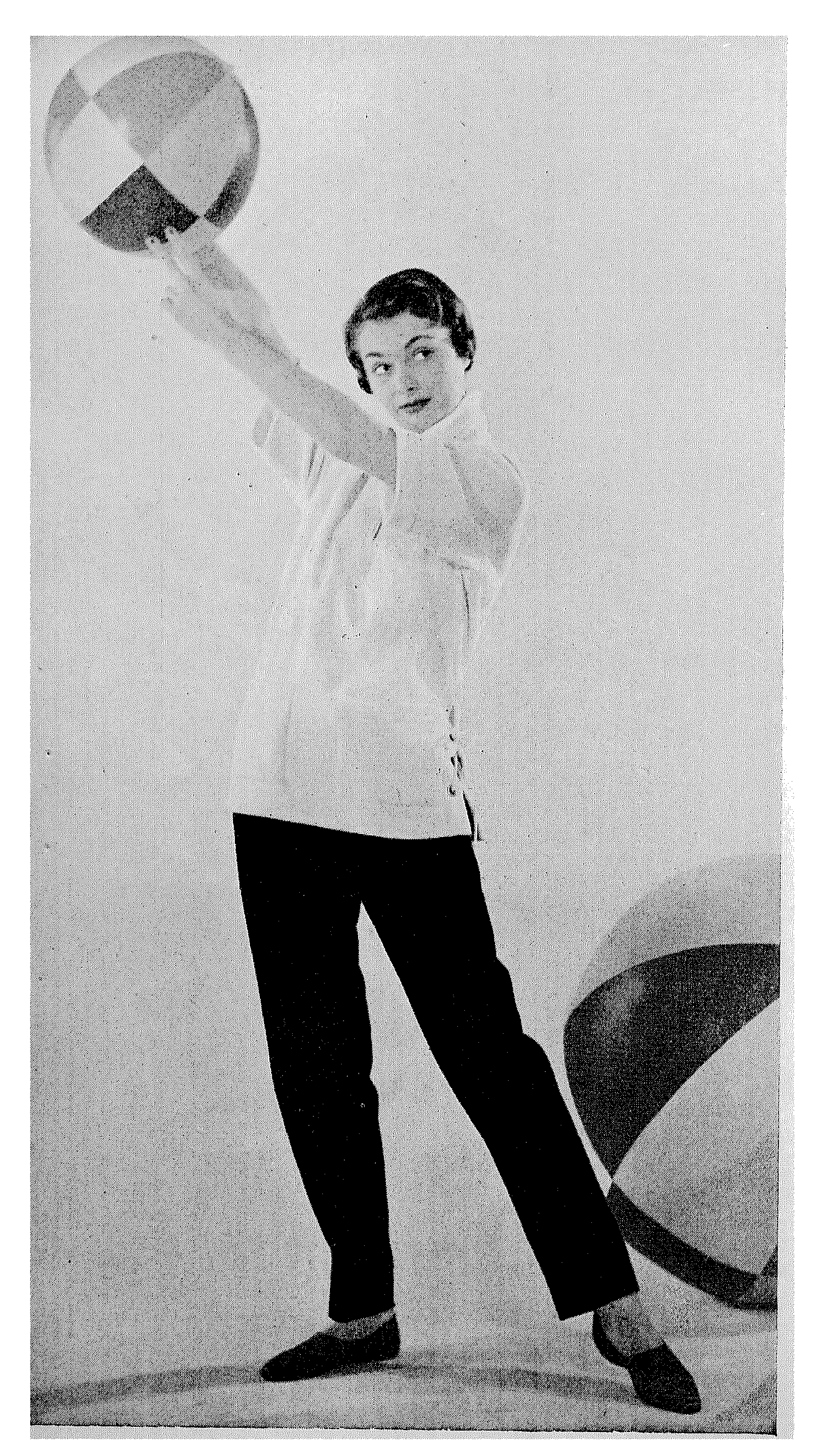
بهيرة لطفى



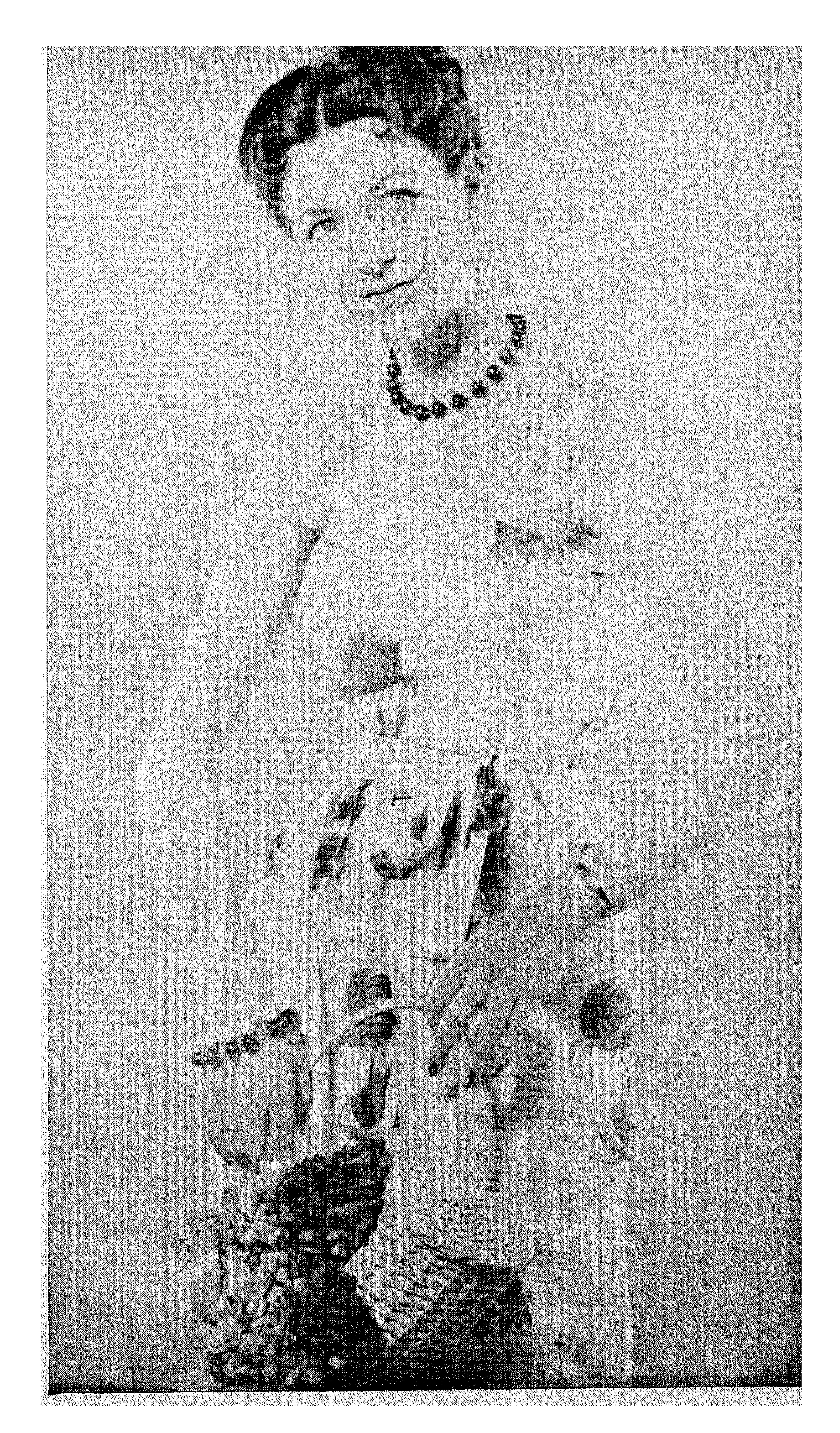
هذه الفساتين الثلاثة اختارتها لك بنت النيل من بين مجموعة مكونة من خمسمائة فستان



فستان من الشانتونج، كورساج
مفتوح حتى الوسط . الياقة
عالية . الجونيلة بثنيات واسعة.
حزام اخضر غامق .



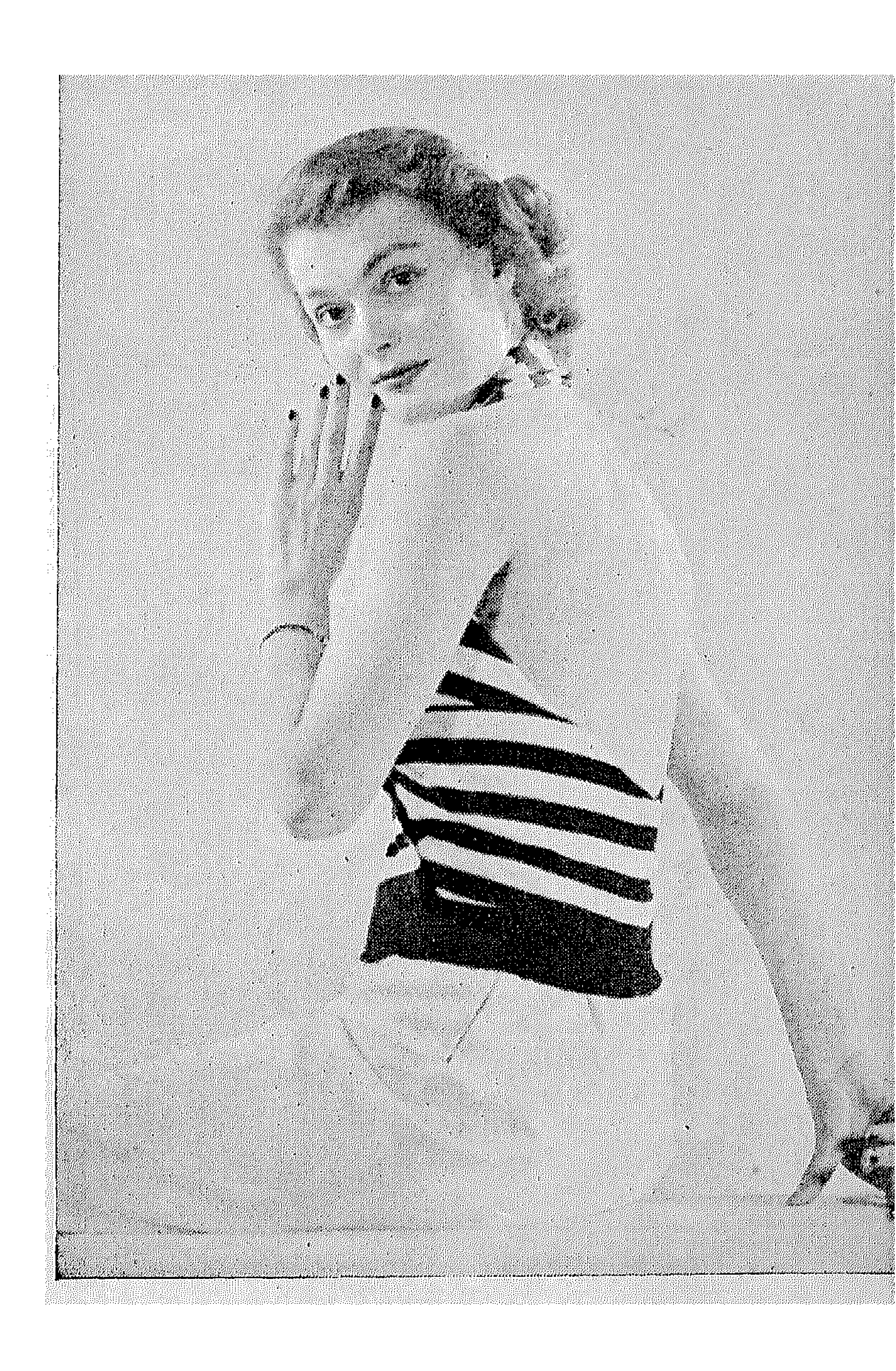
طقم للبـــــلاج من جاكيت قطن
أبيض مفتوح من الجانبين ويقفل
بكردون . البنطلون من قماش
فانلة أو صــوف خفيف بلون
غامق من غير ثنية



فستان سبور من الحرير الصناعي المطبوع بورد وحروف لاستعماله بالمنزل أو في الحديقة . يمكن ارتداء بوليرو عليه لارتدائه على البلاج



طقم للرياضة من ثلاث قطع : قميص بأكمام من الفانلة الخفيف وياقة وصدر . الجاكيت والبنطلون من قماش قطنى مقسم الى مربعات متجانسة مع القميص



طقم للصيف ، صـــديرية من القطن المقلم بلون نبيذى وأبيض وبظهر مفتوح وتتصل الياقة بالصدر • بنطلون من قماش قطنى أبيض • يستعمل فى الصباح لحمام الشمس


طقم للصيف من صديرية مزخرفة من نفس قماش الشـــورت • الشورت ضامات سوداء على بيضاء



طقم للبلاج من قطعتين • القماش من القطن أو الجبردين مزخرف بشرائط سوداء• الياقة وفتحة الصدر من نفس لون الزخرفة• حزام من نفس اللون

ان كنت ستقضين شطرا من الصيف على احد شواطىء البحر ، عليك ان تلاحظى التدرج فى تعريض جسمك لاشعة الشمس حتى لاتصاب بشرتك بتسلخات تعكر عليك اجازتك الصيفية • ينبغى عليك ان تحافظى على سلامة كبدك • فان الحرارة تتعبه • وقد ينجم عنه صداع شديد انت لاشك فى غنى عنه


موسم البلوزات



ملكات الجمال فى عرض لفساتين السهرة

ليلة من ألف ليلة!

يتاح للمصريين بين آن وآخر مشاهدة حفلات عرض لآخر ما استحدثته بيوتات الازياء فى العواصم الاوروبية والامريكية .

وقد كان من نصيب القاهرة فى الشهر الماضى التمتع باستعراض أزياء الصيف . وقد رأينا ألا نحرم قارئات بنت النيل من هذا العرض فهيأنا لهن ، هذه الصفحة لتعطيهن فكرة على أجمل ما عرض من الازياء وقد زارت مصر فى هذه المناسبة ملكات جمال باريس والدانيمرك ودوفيل والريفييرا واجتمع شمل هؤلاء جميعا مع صوفى ملكة جمال مصر فى حلمية بالاس وقدم الجميع عرضا رائعا لاحدث أزياء الموسم التى ابتكرتها دور الازياء فى باريس وكان يقدم هذه الازياء مندوب من باريس ، وبدأ العرض بتقديم بعض أثواب الكوكتيل من ابتكار بيير بالمان لم تشترك فيه ملكة جمال مصر ، ثم تلاه عرض لقبعات مبتكرة مع نفس فساتين الكوكتيل . وتلا ذلك عرض أزياء بديعة من فساتين السهرة . ثم قدمت مجموعة من الملابس الداخلية فى استعراض لتطور المودة من عام ١٨١٠ الى عام ١٩٥٢ ثم انتهى العرض بتقديم مجموعة من ملابس البحر استعدادا لفصل الصيف

وقد لفت نظر الحاضرين جمال المانيكان وتصفيفات شعرهن البديعة

وكان الجميع يعرفون أن فى الامر سرا .. ذلك أن ملكات الجمال ومعهن ملكة جمال مصر نفذن نصيحة الباريسيات اللائى زرن مصر ولم يقمن بعرض تلك الازياء الا بعد أن سعين لابراز جمالهن وعمل الماكياج الذى ينسجم مع بشرتهن وتصفيف شعرهن فى معهد التجميل العلمى ٣٧ شارع عبد الخالق ثروت باشا

وقد كان لهن الحق فى هذا اذ أنه لا يمكن لاى سيدة أن تصبح جميلة الا اذا استسلمت لايدى الاخصائيات فى معهد التجميل .



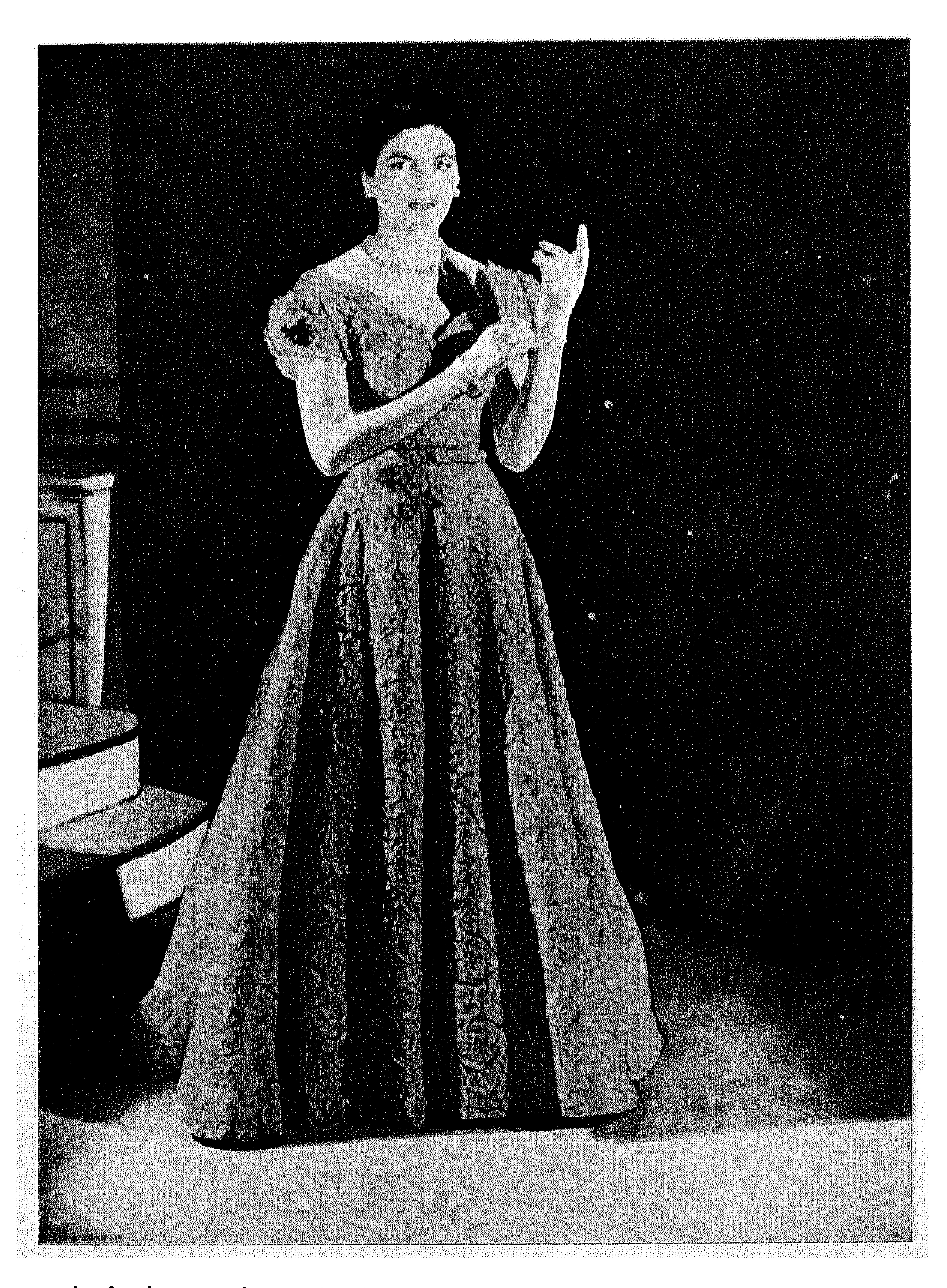
ملكة جمال دانيمرك .. قميص للنوم سنة ١٨٠٠



صوفى . ملكة جمال مصر



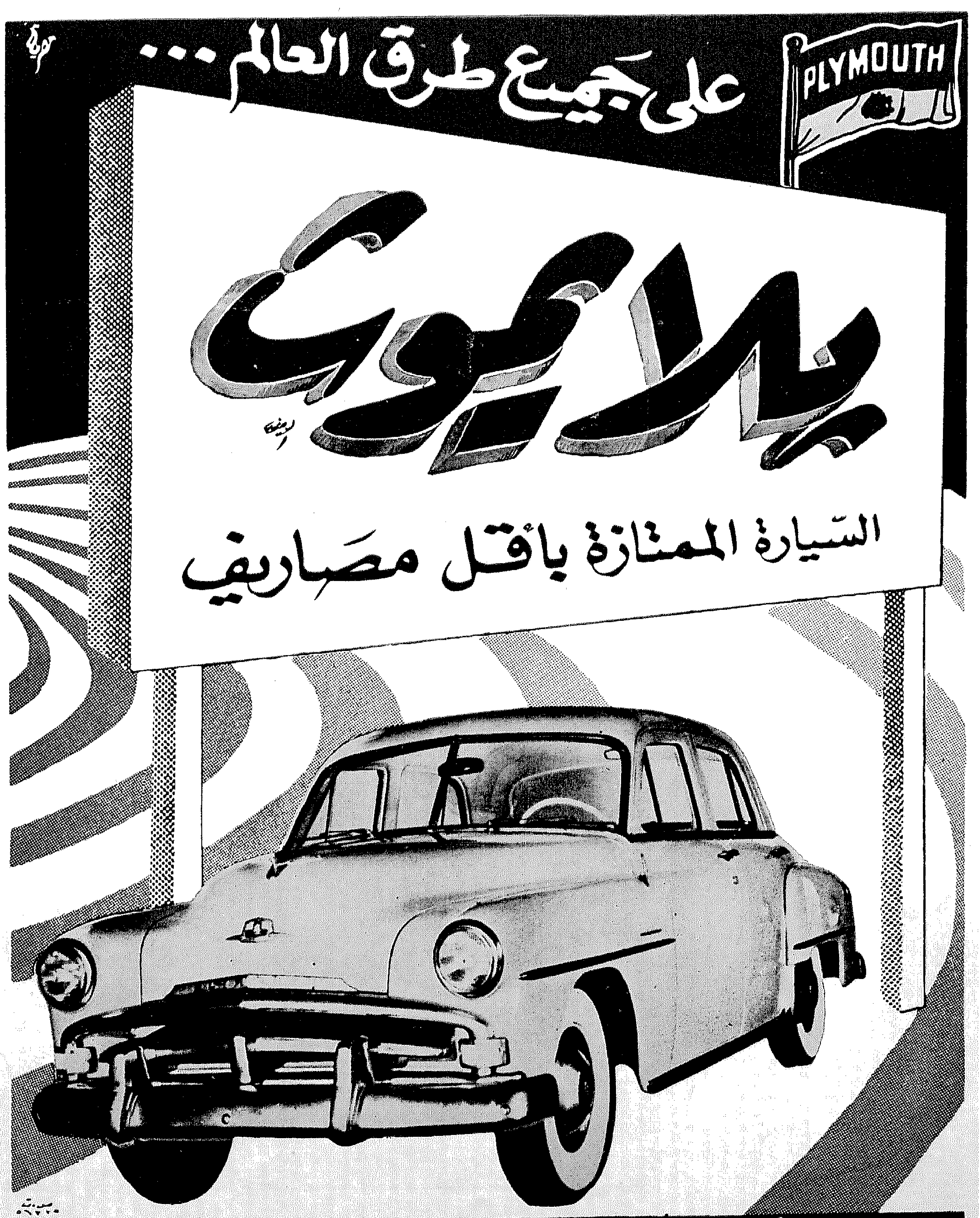
ملكات جمال دوفيل ومصر ودانيمرك



فستان سواريه من الدانتلا المشجرة فى بروز • الصدر ديكولتيه فستونيه على الواسع • الوسط مضموم بحزام مكسو من نفس القماش • ثنيات الجونيلة عريضة والذيل فضفاض • اللون أحمر• القفاز حرير أبيض



فستان من الشانتونج بصدر مقفول وياقة مستديرة محلاة بشريط أبيض . الصدر مقفول بأزرار كروية . الوسط يضم حزاما من الجلد العريض . الجونيلة ذات ثنيات عريضة منتفخة . يبدأ انتفاخها من الوسط . الذيل واســــــع



على جميع طرق العالم...
PLYMOUTH
بلايموث
السيارة الممتازة بأقل مصاريف



• الى اليمين : سواريه للحفلات الكبيرة من التافتاه الغامق بثنيات عريضة • الجزء الامامى من التل المكشكش• الكورساج ضيق جدا بكسرات وينتهى بسوتيان بكشكشة تحيط بالصدر وتتجمع فى الوسط•

• الى اليسار : سواريه من الفاى الابيض بثنيـــات عريضة من الخلف • الكورساج ضيق ويحيط به حزام من التافتاه الغامق وينتهى بفيونكة عريضة من الخلف

فساتين شيك



فستان شيك

١ ـ فستان شيك من قماش حرير اسود . تصميم حديث للاكمام ٢ر٥٠ متر بعرض ١٤٠ سم

٢ ـ فستان من الكريب ستان المطبوع . الكورساج درابيه بديكولتيه . ٣ متر بعرض ١٠٠ سم

٣ ـ فستان تصميم قميص من الكريب المطبوع . الجونيلة كلها بليسيه والصدر كذلك

٤ ـ فستان من الشانتون ازرق. الجونيلة فضفاضة والكورساج على شكل صديرية بصفين من الازرار . ٢ر٨٠ متر بعرض ١٤٠ سم

٥ ـ فستان من الحرير المنقط بنقط سوداء على ارضية رمادية . الجونيلة واسعة جدا بجزء بليسيه من الوسط ومن الامام . ٥ر٥٠ × ١٠٠ سم

١ ـ فستان من الحرير الاسود بصفين من الازرار . الجيوب والياقة والحروف مكلفة . ٥٠ر٢ متر×١٠٠

٢ ـ فستان من الحرير المخطط الصدر على هيئة بوليرو المقاس ٥٠ر٢ × ١٤٠ سم

٣ ـ فستان من قماش الشانتونج بالبرينا مزدوجة . صفان من الازرار . المقاس ٣٠٠ × ١٤٠ سم

٤ ـ فستان من الجرسيه . الجونيلة درابيه ومتجمعة على الجانب . المقاس ٢٥٠×١٤٠ سم



٦ ـ فستان من قماش كاروهات قماش ابيض يحلى الجزء الاوسط مكونا الياقة . صفان من الازرار . مقاس ٣٠٠× ١٤٠ سم

٥ ـ فستان من الحرير الاسود محلى بياقة بيضاء عريضة . مقاس ٣٥٠×١٠٠سم



١ ـ جونيلة من فيلافيل فوقه كاسكان ابيض مزخرف من نفس القماش

٢ ـ فستان من الفولار الازرق المنقط الجونيلة كلها بليسيه توزيع اشعة الشمس .

٣ ـ فستان من قماش وردى محلى بازرق . للجونيلة جيبان اطرافهما بنفس الكلفة

٤ ـ فستان من قماش سكوتش . للجونيلة ثنيات واسعة والياقة والاكمام بقلابات من البيكه البيضاء

٥ ـ فستان من قماش خفيف ازرق مكلف بفانيلا مقلمة وردية ورمادية



١ ـ تايير من قماش اوتومان ((نوازيت)) وبيكه بيضاء . صفان من الازرار . ٣ متر بعرض ١٤٠

٢ ـ تايير فانتزى ـ قماش ((برنس دى جال)) رمادى بيج . الصديرية مفتوحة بانساع فوق جونيلة من البيكة على كاروهات الصديرية باربعة أزرار .٥ر٣ متر بعرض ١٤٠ سم

٣ ـ قطعتان من الصوف الخفيف الازرق مفتوح وتحتـــه بلاسترون ابيض . طرف الجاكيت مقلوب ومبطن بالبيكة البيضاء . ٥ر٢ متر بعرض ١٤٠ سم

٤ ـ فستان من البوبلين رمادى مضموم بازرار ومحلى بياقة بيضاء تنتهى بايشارب تحت الحزام من قماش البيكة البيضاء . ٣ متر بعرض ١٤٠ سم

٥ ـ فستان من قماش برتقالى بدون اكمام تحته قميص باكمام من اللينون الابيض . مجموعة فيونكات صغيرة بيضاء . ٣ متر بعرض ١٤٠ سم

٦ ـ فستان ببوليرو من الجرسيه الاسود تحته قميص مــن الارجاندى محلى اكمامه بالاجور . يمكن ارتداء الفستان من غير القميص . ٣٠ر٣ متر بعرض ١٤٠ سم

٧ ـ فستان من الصوف الخفيف بخطوط رفيعة جدا . اعلى الكورساج له صفان من الازرار ، وتحته جيليه مــن البيكه بياقة عالية جدا . ٥ر٢ متر بعرض ١٤٠ سم

١ ـ فستان من قماش تيل مقلم بصدر مفتوح وقلابتين . الجونيلة واسعة بجيب على الجانب متمم لفتحة الجونيلة التى يضمها صف ازرار

٢ ـ فستان من قماش قطنى مخطط . بثنيات غير مكوية ، الصدر مفتوح بقلابات عريضة وجيبان مستديران يبدآن من تحت الكورساج

٣ ـ فستان بحمالات بكورساج طويل وجيبان من نفس القصة . الجونيلة ضيقة ومفتوحة من الامام باربعة ازرار منها اثنان غير مستقلين

٤ ـ فستان من قطعتين بكورساج طويل وبدون اكمام والديكولتيه مفتوح ويضم بزرين الجونيلة كلها بليسيه ضيق

٥ ـ فستان بخطوط عرضية بديكولتيه متسع بقلابتين فوق الاكمام . أكمام جابونيه ، وجيبان فانتزى فوقها ثلاث ازرار . الجونيلة ضيقة

٦ ـ فستان بسيط مخطط بالعرض . الصدر والياقة من قماش ابيض . مفتوح من الامام ويضم بازرار الجونيلة بليسيه عريض . الحزام من نفس القماش بخطوط عرضية

٧ ـ فستان من قماش السوراه . الكورساج بديكولتيه متسع مكلف بالقطيفة . الجونيلة مقسمة ، ثلاث أقسام ومحلاة بشريط قطيفة بفيونكات من الوسط ، وكل قسم مكشكش ، وعند الذيل كشكشات متسعة

٨ ـ فستان من القماش السوراه جيبان عريضان بقلابات والجونيلة بثنيات عريضة . الاكمام جابونيه ، وياقة قصيرة وصدر مفتوح



١ ـ كورساج طويل بجيبين . الجونيلة كلها بليسيه . صفان من الازرار وجيبان فانتزى

٢ ـ قماش مقلم بقصات بحيث تصنع الخطوط الزخرفة المبينة . الجونيلة واسعة . الصدر وقلابات الاكمام من البيكه

٣ ـ فستان من قماش قطنى مقلم بخطوط رفيعة له حزام من الجلد. الياقة والصدر رفيعة له حزام من الجلد . الياقة طويلة والصدر بقصة . والجيبان بقلابات عريضة وازرار

٤ ـ الجونيلة لها ثنيتان عريضتان تكونان الحلية الموضحة . الكورساج يضم اربع ازرار وله ثنيتان مثل الجونيلة


٥ ـ فستان من قماش قطنى . ينزل الكورساج تحت الوسط وينتهى بحرف مدبب . اكمام جابونيه وياقة عالية مفتوحة . جيبان واسعان

٦ ـ فستان من قطعتين ، والكورساج مفتوح، تحته جيليه من البيكه البيضاء مثل الياقة وقلابات الاكمام . ويبدو الجيليه من تحت الكورساج

٧ ـ فستان بسيط بقصات بحيث تتعارض خطوطها ومكونة جيب بالكورساج ومكونة حزام من نفس القصة . الجونيلة بليسيه

٨ ـ فستان بسيط من الكريب الابيض المقلم جيبان عريضان وبالكورساج جيبان صغيران مع القصة . الجونيلة ضيقة ومفتوحة من الجانبين


هـــذه الازياء يقدمها جـــونـــو
١١٦ شارع عماد الدين فوق بامكو بالقاهرة ت ٤٧١٥٧
٣٦ شارع سعد زغلول فوق أركو الاسكندرية ت ٢٧٠٨٩
تخفيض ٢٥ ٪ من أثمان الباترونات لحاملة المجلة



مجموعة من غرز الاجور

ان طريقة شغل غرزة الاجور سهلة وهذه الغرزة متعددة الانواع ويمكنك ان تنوعى فى طريقة شغله حتى تحصلى على مجموعة من هذا النوع الجميل واليك اربع طرق بسيطة يمكنك ان تشتغلى منها عدة مفارش مختلفة الاحجام والانواع كما هو موضح فى الصور المنشورة

الطريقة الاولى : بعد ثنى طرف المفرش المراد شغله اتركى مقدار ٤ سم ثم انزعى ١٦ فتلة بالعرض وبالطول من جهات المفرش الاربع واتركى اربع فتلات ثم انزعى ١٦ فتلة اخرى وكررى هذه العملية مرتين حتى تحصلى على ثلاثة اسطر كما هو مبين واشتغليها بالطريقة المعروفة العادية

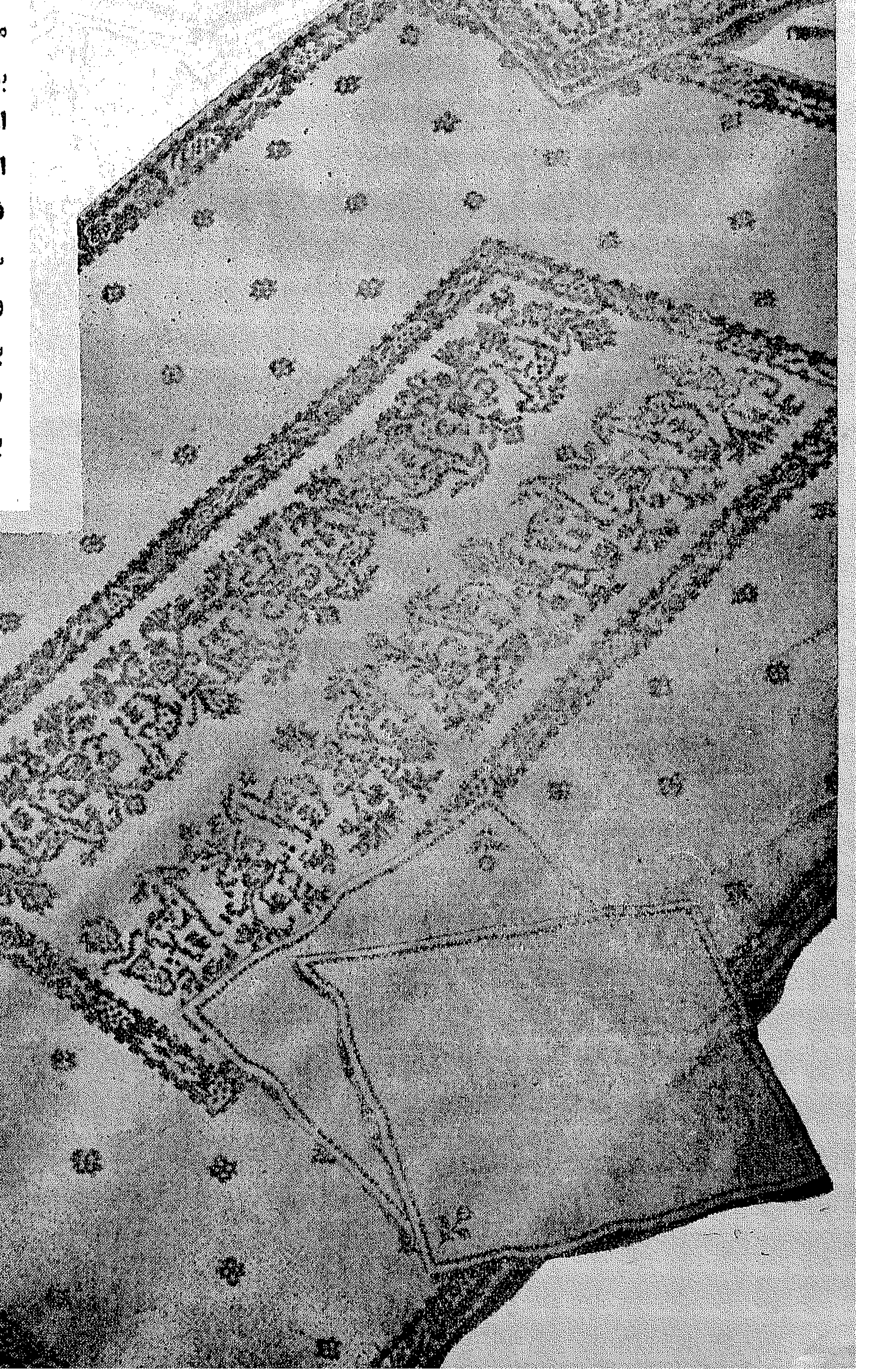
الطريقة الثانية • يمكنك عمل هذا النوع على اى مفرش او حرف فوط السفرة وهى بعد ثنى حرف القطعة المراد شغلها انزعى مقدار ٢ سم من الفتل ثم اشتغلى كل سبع فتل فى السطر الاول وامسكيها فى السطر الثانى ببعض وفى السطر الثالث اشتغليها بعكس السطر الثانى واشتغلى نفس الغرز فى الطرف الاخر من المفرش واتركى الوسط يظهر على شكل رقم سبعة

الطريقة الثالثة : هى انزعى عدد ستة فتلات ثم اتركى فتلتين ثم انزعى ستة فتلات اخرى واتركى اثنين وكررى هذه العملية مقدار سنتى ونصف واشتغلى غرزة السلسلة فوق هذه السطور لتعطيها منظرا جميلا مع غرزة الاجور التى على الطرفين

الطريقة الرابعة هى التى تسمى «فيل تيريه» انزعى الفتل على شكل مربعات صغيرة على القماش المراد شغلة ثم اشتغلى هذه المربعات بالطريقة العادية ولك ان تشتغلى الحرف من الداخل والخارج بغرزة الفستون لتعطيها منظرا جميلا

مفارش لمكتبتك

وصلتني عدة رسائل تسال صاحباتها عما اذا كانت غرزة الصليب التى تشغل على قماش الكنفاه او تشغل على القماش المرسوم ما زالت دارجة ، والواقع ان هذه الغرزة بالذات لها قيمتها الفنية التى تحتفظ بها ولا تتاثر بالموضة او الزمن وهى دقيقة الصنع تستغرق وقتا اطول من اى غرزة عادية ولذلك فهى محتفظة بقيمتها دائما واليك مجموعة من المفارش المرسومة على شكل زخرفى جميل ولك ان تضعيها مثلا على اى قطعة اثاث قيمة فتزيد من قيمتها روعة سيما وانها ستكون مشغولة بانامللك الرقيقة ، ونصيحتى ان تقتصدى فى الوان الخيط بحيث لا يزيد عن ٤ الوان وتكون منسجمة فيما بينها وثابتة لا تتاثر بالغسيل حتى لا تبهت .



بنت النيل في شئون منزلك

تقوية الاقمشة الاورجندى

س ـ لاحظت أن الاقمشة الاورجندى تفسد وتنهدل بعد الغسل وتفقد رونقها وتصبح كالشاش · أرجو ارشادى عن الطريقة الصحيحة لغسلها والاحتفاظ برونقها وطبيعة مظهرها ·

ج ـ حقا ان جمال الاقمشة الاورجندى سواء أكانت حريرية أم قطنية تتوقف على رونقها ومظهرها المنتفخ ولكى تحافظى على هذا الرونق وهذه الطبيعة الخاصة بها اغسليها فى ماء دافىء ومذوب الصابون بالضغط الخفيف عليها بين يديك مع تجنب دعكها أو دعك الصابون عليها لان ذلك يفسد القماش ويبعد خيوطه عن بعضها ثم اعصريها بالضغط أيضا وأعيدى غسلها حتى تنظف · ثم اشطفيها فى ماء دافىء ثم فى ماء بارد مضافا اليه ماء الصمغ الذى سأشرحه لك الان واستعمليه بنسبة ملعقتين كبيرتين منه الى كوبتين من الماء وذلك فى الاقمشة الاورجندى الملونة والحريرية ·

أما فى الاقمشة الاورجندى البيضاء القطنية فيمكنك تنشيفها بنسبة جزء من النشاء المغلى الذى سأوضحه لك الان أيضا الى ثلاثة أجزاء من الماء ثم تعصر وتنشر لتتهوى قليلا وتكوى وهى منداة جدا وقبل أن تجف ·

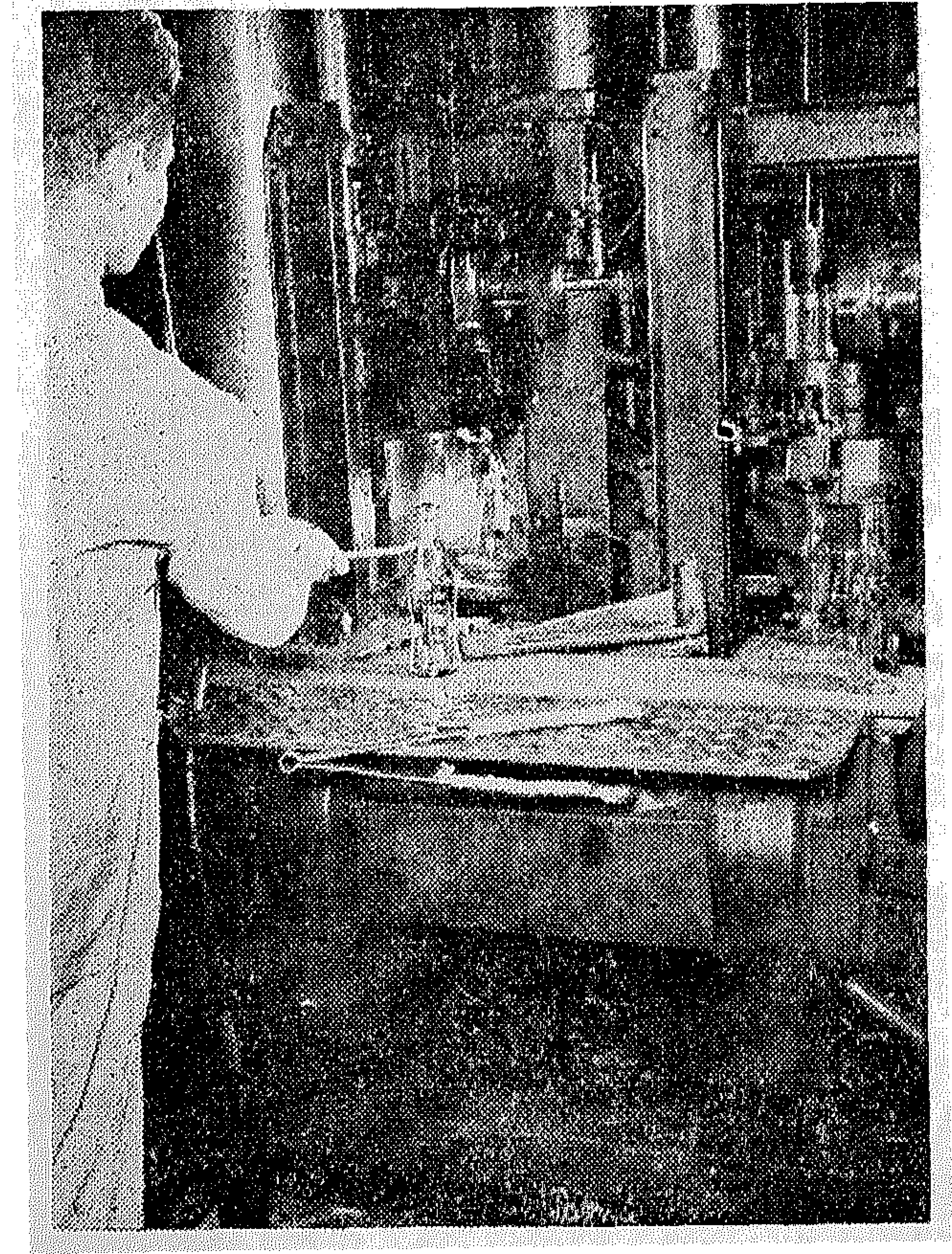
أما طريقة عمل ماء الصمغ فهى كالاتى :

خذى لكل ثلاث أوقيات من الصمغ مقدار كوبتين كبيرتين من الماء ثم دقى الصمغ فى هاون وضعيه مع الماء فى كزرولة فوق النار الهادئة مع التقليب المستمر حتى يذوب الصمغ تماما مع ملاحظة عدم اغلاء الماء · ثم صفيه من شاشة ضيقة نظيفة واحفظيه فى زجاجات محكمة الغطاء · واستعمليه فى تقوية الاقمشة الاورجندى أو الفوال الملون أو التفتاه ·

أما طريقة عمل النشاء المغلى فهى كالاتى :

خذى لكل ملعقة كبيرة من النشاء نصف ملعقة صغيرة بوركس « ويباع فى الاجزاخانة » وقطعة شمع فى حجم الفولة واعجنى هذه الاشياء فى مقدار أربع ملاعق كبيرة ماء بارد فى سلطانية أو طبق كبير ، ثم صبى عليها ماء مغليا مع التقليب المستمر حتى يغلظ المزيج ويصير لون النشاء شدفافا كما فى البالوظة ثم خففى قوامه بما يتناسب مع القماش المراد تنشيفه ففى الاورجندى مثلا اضيفى مقدارا من النشاء الى ثلاثة أجزاء من الماء البارد ثم اغمسى فيه القماش المراد تنشيته ثم اعصريه جيدا وانشريه ويكوى وهو مندى ·

مصر الحديثة



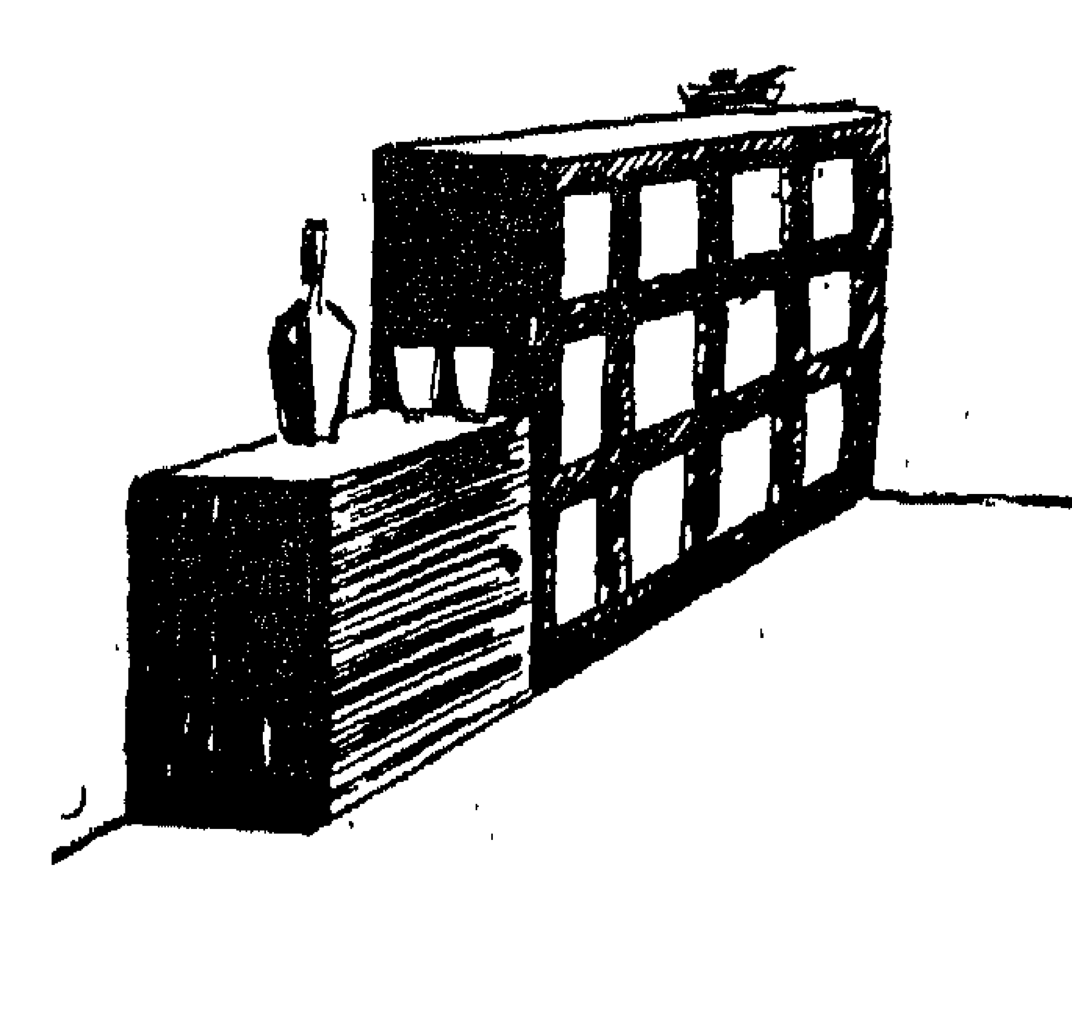
فى مصنع مصرى حديث تخرج زجاجات الكوكاكولا من أفران الصهر وهى فى درجة الاحمرار ثم تنتقل إلى غرف التبريد ، وباستعمال المخاليط والأوزان الدقيقة والقوالب يقوم عمال الزجاج المصريون بانتاج مئات الآلاف من زجاجات الكوكاكولا المرطب المحبوب . نعم إن الكوكاكولا فى مصر تخلق مجالات جديدة للعمل بأجور حسنة للعمال الأكفاء فى مصر الحديثة



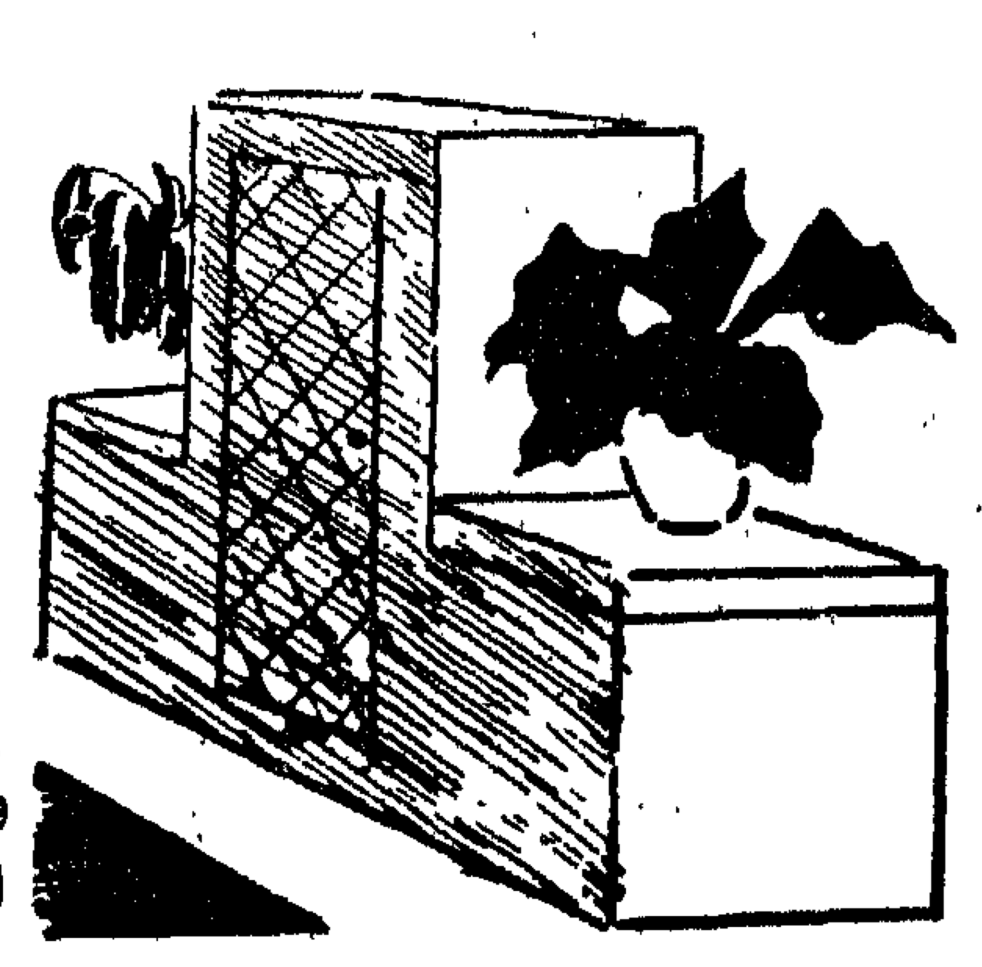


أفكار لتجميل المنزل

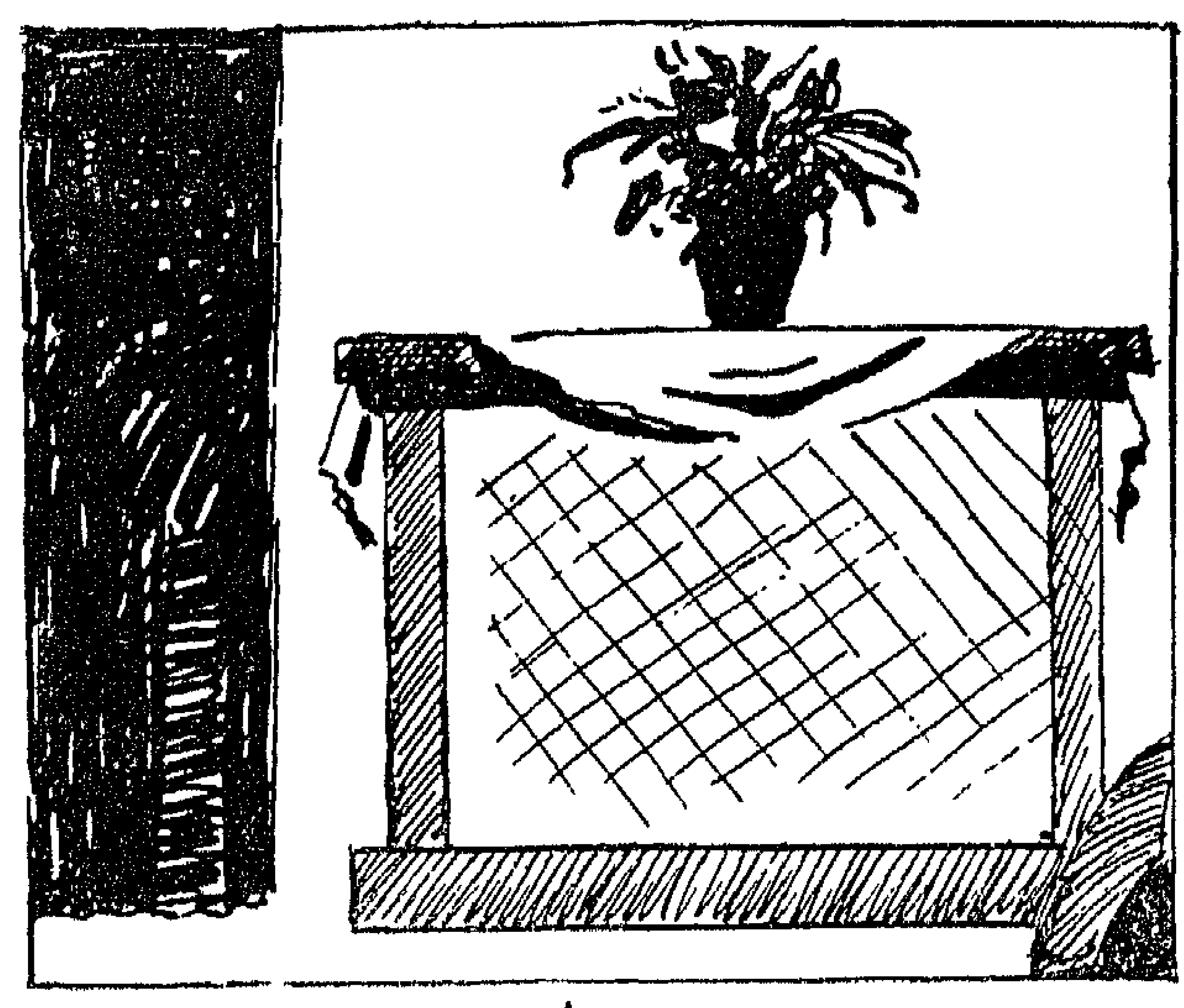
– من السهل جدا تنفيذ الاقتراحات الموضحة هنا لتجميل أركان المنزل • وليس من المحتم أن نكلف أنفسنا ما لا نحتمل فى مثل هذه الظروف القاسية من شراء حجرات كاملة وأنتريهات لا ضرورة لها • وانما من الممكن عمل التصميمات الموضحة فى هذه الصفحة من أخشاب رخيصة ودهانها بلون أو ألوان تتناسب مع ألوان بقية أجزاء أثاث الحجرة •



هذا تصميم لقطعة من الموبيليا مصنوعة من خشب أبيض ، مكونة من قطعتين منفصلتين وهو كومودينو صغير لوضع زجاجات الشربات والكوبات ، والآخر دولاب صغير يستعمل كمكتبة •



– تصميم آخر لقطعة من الاثاث مصنوعة من الخشب الابيض وهى توضع فى الانتريه وتستخدم أيضا بدلا من شماعة الباب حيث يوضع بها الاحذية والمعاطف والعصى والقبعات والطرابيش الخ ••••



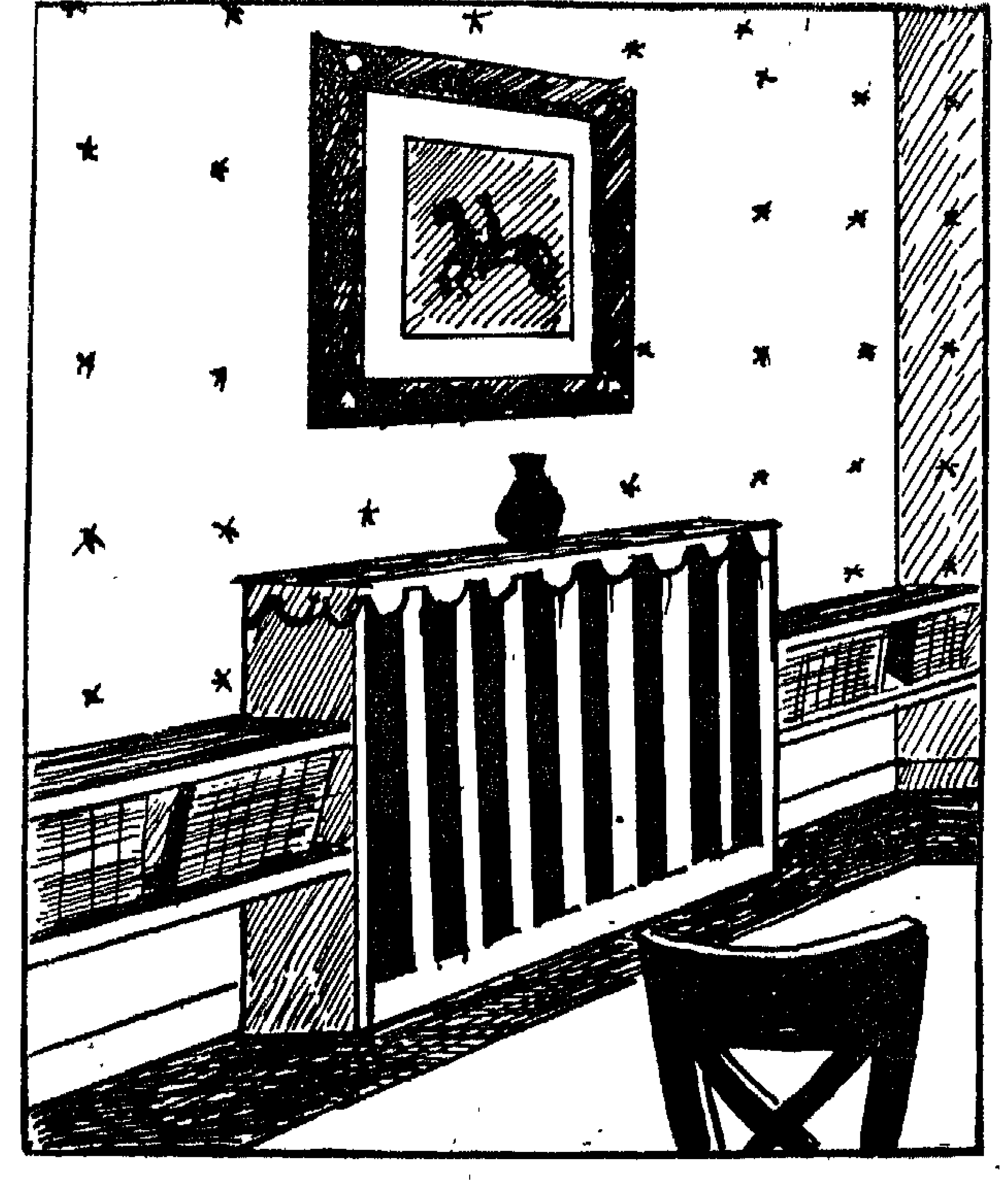
ـ بجوار مدخل باب الشقة يمكن صنع هذا التصميم ، وهو على شكل دولاب صغير جوانبه فقط من الخشب أما الوجه فمن قماش مخطط يوضع كستار .

يستعمل هذا الدولاب الصغير لوضع العصى والشماسى وهو بمثابة الشماعة المألوفة التى توضع عادة بجوار الباب ، وتبدو دائما (كسوق الكانتو) .

* * *

فهذا تصميم لرفين بينهما دولاب صغير ذو جوانب من الخشب ، أما الوجه فمن ستار من تيل كراسى البحر المخطط ويركب فى أعلاه كنار يقص حوافه على هيئة أقواس بينهما مسافات متساوية ويراعى أن يكون الرفان محصورين بين حائطين .

* * *



وزارة الحربية والبحرية

تقبل العطاءات بديوان الوزارة لغاية الساعة الثانية عشر ظهر يوم ٧ يونيو ١٩٥٢ عن عملية انشاء عدد ٢ ميدان ضرب نار مقسم ١٢ تخته واحد بالقنطرة والاخر بالشط ـ وتطلب شروط هذه العملية من ادارة العقود والمشتريات بالوزارة على ورقة دمغة فئة خمسين مليما مقابل دفع خمسمائة مليم واجرة البريد ١٢٠ مليما (١٦١٩)

وزارة الصحة العمومية

تقبل العطاءات بادارة مخازنها بالعباسية بمصر لغاية الساعة الثانية عشرة تماما من يوم ١٠ يونيه ١٩٥٢ عن توريد الملابس والبطاطين والاقمشة وخلافه اللازمة للسنة المالية ١٩٥٢/٥١ . وتباع قوائم هذه المناقصة بادارة المخازن المذكورة بثمن خمسمائة مليم للنسخة الواحدة تصرف بموجب طلب على ورقة تمغة فئة ٥٠ مليما (١٦١٣)

وزارة المعارف العمومية

تقبل عطاءات بادارة حفظ الاثار العربية بشارع ألوالدة رقم ١ بقصر الدوبارة حتى الساعة العاشرة من صباح يوم الاربعاء ١٨ يونيه ١٩٥٢ عن اعمال ترميم المحال الاثرية بمنطقة القاهرة وضواحيها بعطاء خاص وعن منطقة رشيد وفوة والاسكندرية وضواحيها بعطاء اخر عن السنة المالية ١٩٥٢ـ١٩٥٣ على مقتضى عقد الشروط العمومية وقائمة الاثمان وملحقاتها التى يمكن الاطلاع عليها بمقر الادارة واستلام صورة من عقد الشروط نظير مبلغ ٢٠٠ مليم ويجب ان يكون عطاء المنطقة الاولى مصحوبا بتأمين قدره ٣٠٠ جنيه وعطاء الثانية بتأمين قدره ٥٠ جنيها ولمقدمى العطاءات حق حضور جلسة فتح المظاريف بوزارة المعارف فى الساعة ١٢ الثانية عشر من ظهر اليوم المذكور وللوزارة الحق فى قبول او رفض اى عطاء بدون ابداء الاسباب (١٦٢٣)

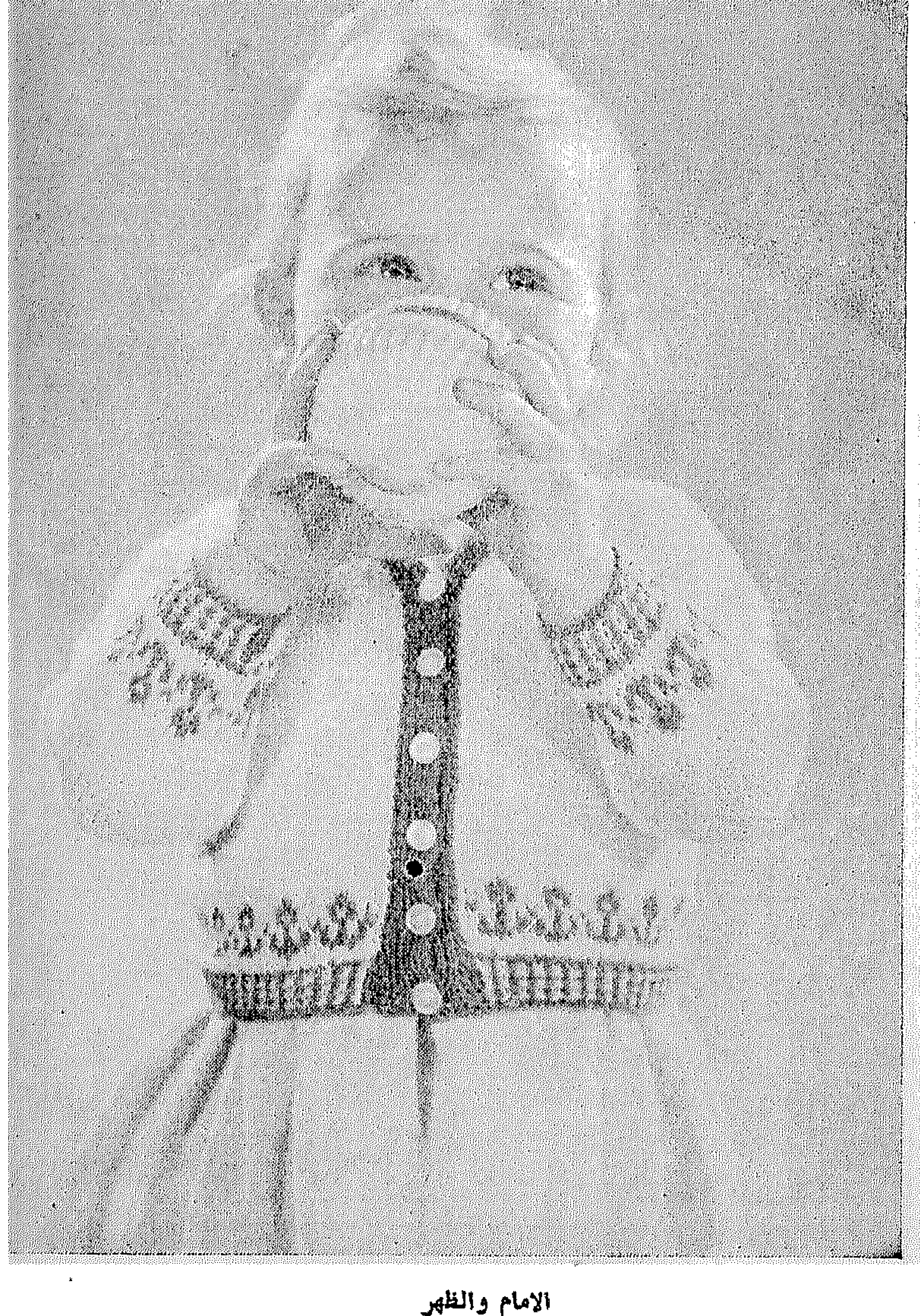
جاكيت لسن من ٦ الى ١٢ شهر

المواد اللازمة : ٥٦ جرام من اللون الفاتح و٢٨ جرام من اللون الغامق من صوف باتونز بيهايف فنجرنج — ٣ فتل — المصنوع بطريقة بيهايف المبتكرة لمقاومة الانكماش والتمدد — ابرتان بيهايف نمرة ١٠ وابرتان بيهايف نمرة ١٢ — ٦ زراير .

المقاسات : دوران الصدر ٤٥ سنتى — الطول من اعلى الكتف ٢٦١/٤ سنتى — خياطة الكم ١٧ر٥ سنتى .

قوة الشد : ٧ر٥ غرزة — ٩ر٥ سطر فى ٢ر٥ سنتى للابرتين نمرة ١٠

الاصطلاحات : ف : الصوف الفاتح . ق : الصوف الغامق . غ : غرزة ع : معدولة . م : مقلوبة . معا : غرزتان . (...) : الجزء المنحصر بين القوسين يشتغل لعدد المرات المذكورة . *...* : رمز للتكرار



الامام والظهر

بالابرتين نمرة ١٢ والصوف ق ابدئى ١٢٩ غ واشتغلى مضلعا ملونا كالاتـــــى :

السطر الاول : استعملى الصوفين (ق) و(ف) واشتغلى ع* — ١ق — ١ف — كررى من * الى ان يبقى ١غ — ١ق . السطر الثانى : * م ١ق — خذى ف الى ظهر الشغل — ١فع — هاتى ف الى وجه الشغل — كررى من * الى ان تبقى ١غ — ١قم .

كررى هذين السطرين مرتين اخريين ثم كررى السطر الاول مرة . اقطعى ف . السطر التالى : اشتغليه م . اقطعى ق**

انتقلى الى الابرتين نمرة ١٠ . السطر التالى : استعملى ف واشتغلى به ٤ع — (زودى فى الغرزة التالية ١٠ع) ١١ مرة — زودى فى الغرزة التالية — اشتغلى ع للاخر (١٤١غ) . السطر التالى : م استعملى (ف) و(ق) واشتغلى بداية الزخرفة كالاتى :

السطر الاول : ع : ١ف — * ٢ف — ٣ق — ١ف — كررى من * الى ان يبقى ٢غ — ٢ف . السطر التالى : م : ١ف — *١ف — ١ق — كررى من * الى ان يبقى ٢غ — ٢ف . السطر الثالث : ع : ١ف — * ١ف — ١ق كررى من * الى أن يبقى ٢غ — ٢ف .

السطر الرابع : م : ١ف — *١ق — ٢ف — كررى من * الى ان يبقى ٢غ — ١ق — ١ف . السطر الخامس : ع : ١ف * ٢ف — ١ق — ١ف —

اق ــ ١ف ــ كردى من * الى أن يبقى ٢غ ــ ٢ف .

السطر السادس : م : ١ف ــ * ٢ف ــ ٣ق ــ ١ف ــ كردى من * الى أن يبقى ٢غ ــ ٢ف . السطر السابع : ع : ١ف ــ * ٣ف ــ اق ــ ٢ف ــ كردى من * الى ان يبقى ٢غ ــ ٢ف . اقطعى ق

السطر التالى : م ٦ (٢م معا ــ ١٠م) ٦ مرات ــ ٧م ــ (٢م معا ــ ١٠م) ٤ مرات ــ ٢م معا ــ ٦م (١٣٠غ) .

استمرى فى غرزة الجرسيه الى ان يصبح مقاس الشغل ١٦١/٤ سنتى من البداية منتهية بسطر مقلوب . كسمى لحردتى الباط والمنحدرين الاماميين كالاتى : السطر التالى : ٢ع معا ــ ٢٦ع ــ نقصى ٦غ ــ اشتغلى ع الى ان يبقى ٣٤غ ــ اقفلى ٦غ ــ اشتغلى ع الى ان يبقى ٢غ ــ ٢ع معا.

السطر التالى : ٣٥م ــ ٢م معا ــ دورى . استمرى على هذه ال٢٦غ ــ ونقصى ١غ عند حردة الباط على كل سطر الى أن يتم شغل ٥ تنقيصات عند حردة الباط . وفى نفس الوقت نقصى ١غ عند حافة الامام على كل سطر رابع تال من التنقيص السابق الى أنيبقى ٢١غ .

استمرى فى التنقيص عند حافة الامام فقط الى ان يبقى ١٥غ . واستمرى على هذه الغرز الى أن يصبح مقاس الشغل ١٠ سنتى من بداية تكسيم حردة الباط . كسمى للكتف كالاتى : انقصى ٧غ ــ اشتغلى للاخر . السطر الثانى : اشتغلى كله بالعرض . اقفلى .

اعيدى وصل الصوف الى ال ٦٢غ على الابرة . نقصى ١غ عند كل من طرفى كل سطر الى ان يبقى ٥٢غ . استمرى فى الشغل على هذه الغرز الى أن يصبح مقاس الشغل كمقاس الامام الى ارتفاع تكسيم الكتف.

كسمى الكتفين بان تنقصى ٧غ عند بداية السطرين التاليين ثم ٨غ عند بداية السطرين التاليين . اقفلى

اعيدى وصل الصوف لباقى ال ٢٧غ على الابرة . السطر التالى : ٢م معا ــ م للاخر . كملى ليلائم مقاس الشغل الجزء الاخر من الامام

الاكمــــام

بالابرتين نمرة ١٢ والصوف ق ابدئى ٤١غ . اشتغلى مضلعا ملونا كما اشتغلت للحافة السفلى للجاكت الى أن تصلى الى ** . انتقلى الى الابرتين نمرة ١٠ والصوف ف . السطر التالى : ع. السطر التالى : ٢م ــ (زودى فى الغرزة لتالية ــ ٣م) ٩ مرات ــ زودى فى الغرزة التالية ــ ٢م (٥١غ) .

اشتغلى السطور من ١ لغاية ٧ لموديل الزخرفة . اقطعى الصوف ق استمرى فى غرزة الجرسيه الى أن يصير مقاس الشغل ١٧٫٥ سنتى من البداية .

كسمى أعلى الشغل بان تنقصى ١غ عند بداية ال ٦ سطور التالية نقصى ١غ عند كل من طرفى سطر بعد سطر الى ان يبقى ٣٩غ . نقصى غ عند بداية ال ٨ سطور التالية . اشتغلى كما اخر بنفس الطريقة .

البنـــدة الامامــية

بالابرتين نمرة ١٢ والصوف ق ابدئى ٧غ . السطر الاول : ٢ع ــ (١م ــ ١ع) مرتين ــ ١ع . السطر الثانى : (١ع ــ ١م) ٣ مرات . ١ع السطر الثالث : ٢ع ــ ١م ــ الصوف للامام ــ ٢ع معا ــ ٢ع . السطر الرابع : كالسطر الثانى . استمرى فى المضلع واعملى عروة كالتى على السطر الثالث على كل سطر ثان عشر تال الى ان يتم شغل ٦ عراوى .
استمرى بدون عمل عراوى اخرى الى أن يصير مقاس الشغل ٦٠ سنتى . اقفلى بمضلع .

التركيــــب

اكوى القطع بعناية (دون أن تمسى المضلع) بمكواة ساخنة وعلى قطعة قماش مبللة . خيطى الكتفين وركبى الكمام . الفقى بندة الامام وركبى الزراير لتلائم العراوى . اكوى كل الخياطات .

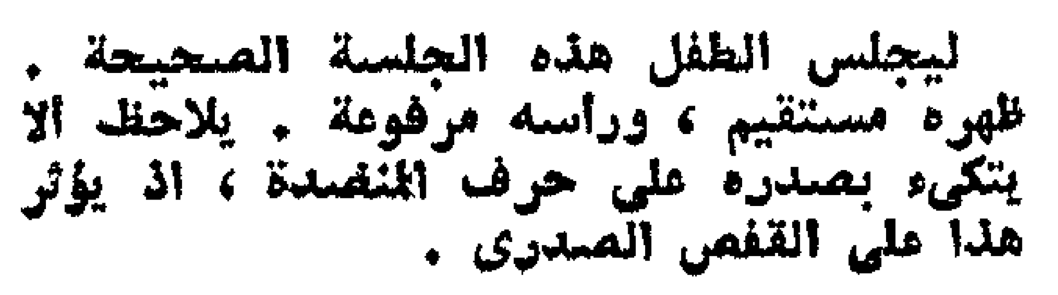
من الخطأ أن نترك الطفل ينمو بغير ارشاد الى الاوضاع الصحيحة فى الجلوس أو الوقوف • ربما كانت بعض الامراض التى تصيب الطفل ، هي بسبب الاوضاع الخاطئة لجلسته أو وقفته •



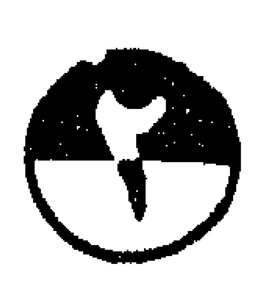
هذه جلسة خاطئة كثيرا ما يستريح لها الطفل . وهى تسبب له اعوجاجا فى العمود الفقرى ، وفى الكتفين . وتسبب ايضا عدم انتظام التنفس ، وضعفا فى النظر

ليجلس الطفل هذه الجلسة الصحيحة . ظهره مستقيم ، وراسه مرفوعة . يلاحظ الا يتكىء بصدره على حرف المنضدة ، اذ يؤثر هذا على القفص الصدرى .





الحركات الصحيحة لطفلك



من الشائع بين الاطفال ، حمل الحقيبة فى هذا الوضع الخاطىء • وفى الصورة الجانبية يبدو بوضوح من الخلف شكل هذا الوضع الخاطىء ، وكيف يؤثر على استقامة العمود الفقرى



الطريقة الصحيحة لحمل الحقيبة ، وفى الصورة المجاورة ، كيف يبدو جسم الطفل مستقيما معتدلا



يميل الطفل الى أن يقف هذه الوقفة الخاطئة ، فيثني احدى ركبتيه ، ويرتكز على الاخرى ، ويشبك ساعديه من الخلف •

أما الصورة المجاورة ، فهي الوقفة الصحيحة ، فيقف مشدود الساقين ، ممدود القامة ، مشبكا ساعديه من الامام ورافعا الصدر •

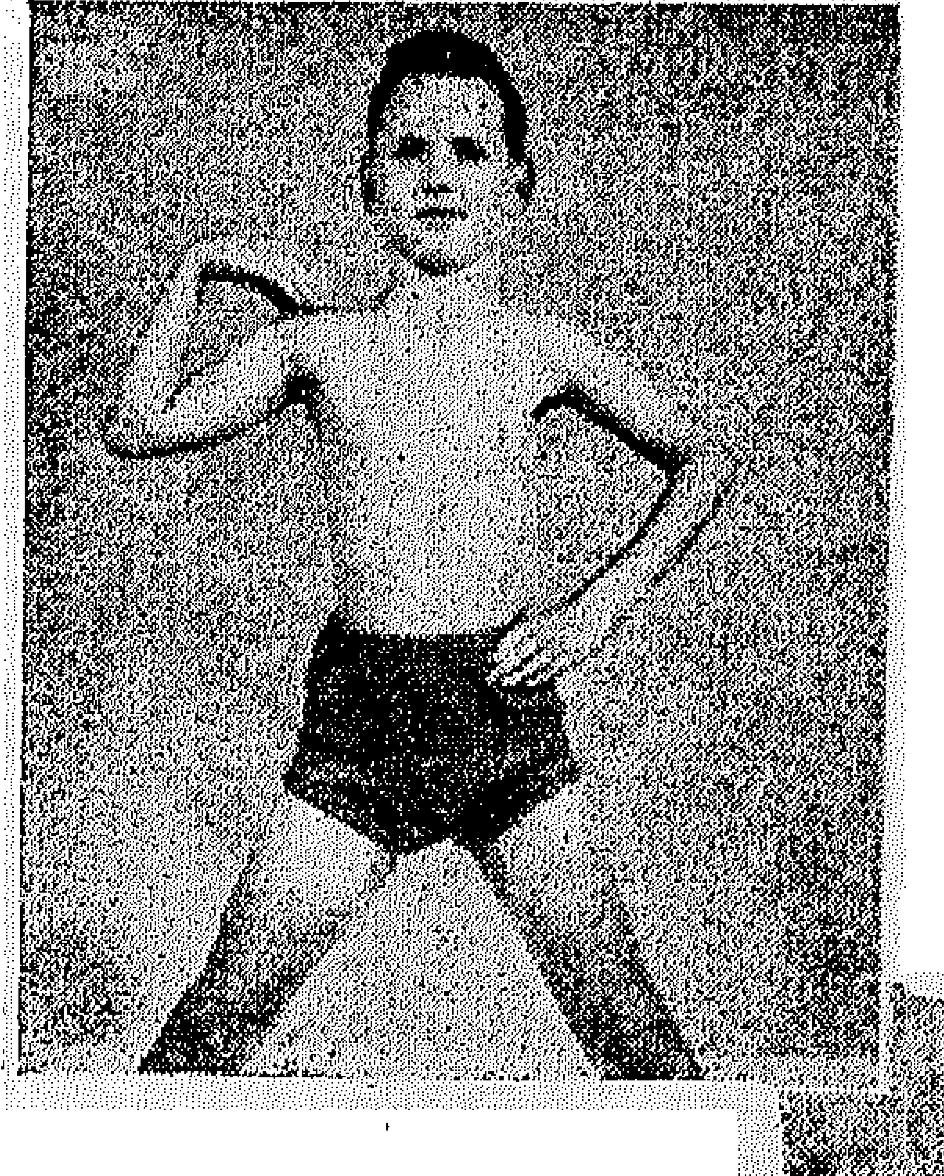




ـ الساقان مشـدودان ، والمسافة بين القدمين كبيرة، الصدر مفرود الى الامام ، والظهر منبسط . الساعدان ممـدودان ومتجهان الـى الارض .

ـ تفرد الذراعان مـع النظـر الى الجانبـين بحيث تكـونان مشدودتين وتكرر هذه الحركة مع ثبات الجسم فى وضعه المذكور

٦



ـ يقف الطفل مشدودا ، فاتحا ساقيه ، واضعا يده فى خصره والاخرى علـى كتفه . ثم يبادل وضع يديه هكذا وبسرعة .

ـ يقف الطفل مرتكزا على ركبته المثناة ، وشادا ساقه الاخرى الى جانبه ، ويده فى خصره ، وساعده الاخر الى اعلى مع ثنى الجـذع الى جهة اليد المرتكزة على الخصر . يكرر هذا التمرين بالتبادل مع الساق المفرودة والساعد المرفوع الى اعلى



وزارة المعارف العمومية

ستقوم الوزارة بتنظيم دراسات مسائية لمدة تسعة أسابيع في القاهرة والاسكندرية تبتدىء فى ٢٨ يونيه ١٩٥٢ للفئات الآتية : ١ ـ حملة لشهادتين الثانوية والابتدائيـة من الازهر ٠ ٢ ـ الراسبين فى امتحان كفاءة التعليم الاولى بشرط ألا يكون رسوبهم فى اللغة العربية ٠ ٣ ـ خريجات الفنون الطرزية٠ ٤ـ حملة شهادة اتمام الدراسة الثانوية القسم الخاص ٠ ومواد الدراسة : التربية النظرية والطرق الخـاصة مع مادة اللغة العربية للفئات الثلاث الاولى ، ومع المواد الاجتماعية أو العلمية للفئة الرابعـة ٠ والذين ينجحون فى الامتحان الذى سيعقد فى نهاية مدة الدراسة ، يعينون على قدر حاجـة الوزارة ، مدرسين بمدارس المرحلة الاولى فى أى مكان تحدده الوزارة ٠ فعلى من يرغب فى الالتحاق بهـذه الدراسات من الفئات الاربع المذكورة أن يقدم طلبا على استمارة ١٦٧ع٠ح ومعه ما يثبت حصوله على أحـد المؤهلات المذكورة اما الى حضرة ناظر مدرسة شبرا الثانوية واما الى حضرة ناظر مدرسة رأس التين الثانوية ٠ ويرفق بالطلب تعهـد بالاشتغال بالتدريس لمدة ثلاث سنوات على الاقل بضمان اثنين من موظفى الحكومة ٠ على أن تصل الطلبات فى ميعاد غايته ٥ يونيه ١٩٥٢ ٠ (١٦٥٠)

وزارة الاشغال العمومية

تقبل العطـاءات بمكتب حضرة صاحب العزة مفتش مشروعات رى وسط الدلتا بطنطا لغاية ظهر يـوم السبت ٢٨ـ٦ـ١٩٥٢ عن توريـد مواسير الاسمنت المسـلح باطواق حديديـة اللازمة للرى والمشروعات بدائرة التفتيش لعام ١٩٥٢ـ١٩٥٣ فى المدة من ١ـ٧ـ١٩٥٢ لغـاية ٣٠ـ٦ـ١٩٥٣ ٠ ويمكن الحصول على الشروط والمواصـفات من مكتب التفتيش بطنطا فى أوقات العمـل الرسمية بتقديم طلب على ورقة تمغة فئة الخمسين مليما نظير دفع مبلـغ ٧٥٠ مليما بخلاف ١٥٠ مليما أجرة البريد ٠ وكل عطاء يقـدم غير مصحوب بتأمين مؤقت كامل قدره ٢٠٠ ٪ من مجموع العطاء لا يلتفت اليه اطلاقا ٠ (١٦٣٢)



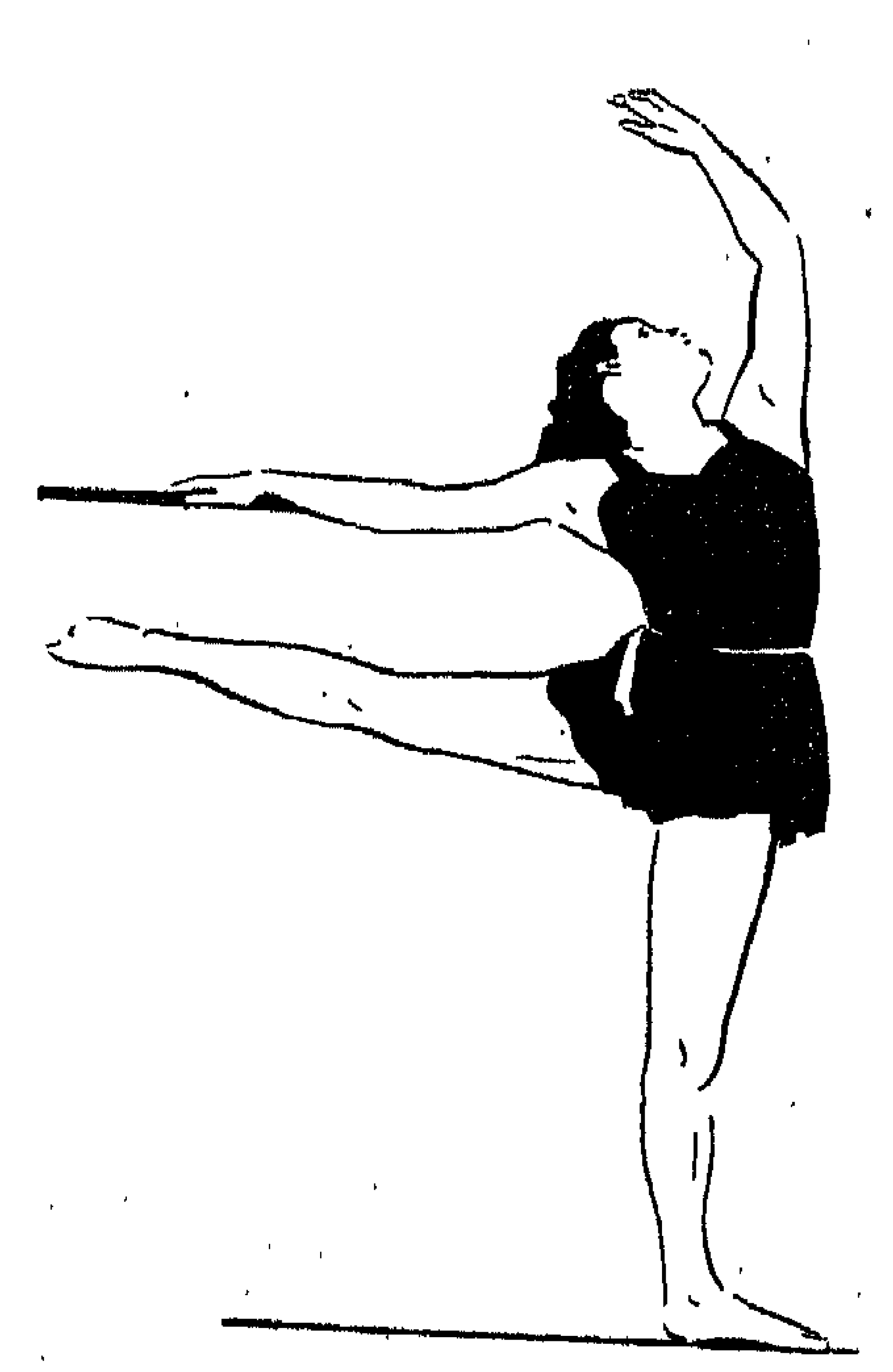
٢ ـ حركة شاقة يمكن القيام بها بسهولة بالتمرين المتوالى . تعتمد هذه الحركة على الليونة ، وسلاسة تحريك الاطراف . وقليل من المجهود .. والصبر



١ ـ حركة اتزان . الارتكاز على قدم والساق الاخرى مرتكزة على أصابع القدم . الجذع مثنى قليلا الى اليسار والراس متجهة الى اليسار والذراعان مثنيان قليلا فى حركة شبه دائرية .

اهتمى بجمال جسمك

ان الطريق نحو الرشاقة ليس سهلا كما تظنين بل انه طريق طويل شاق أن « بنت النيل » تقدم هنا بعض التمرينات البسيطة التى يجب أن تقوم بها كل فتاة تحب أن تسير فى طريق الرشاقة .



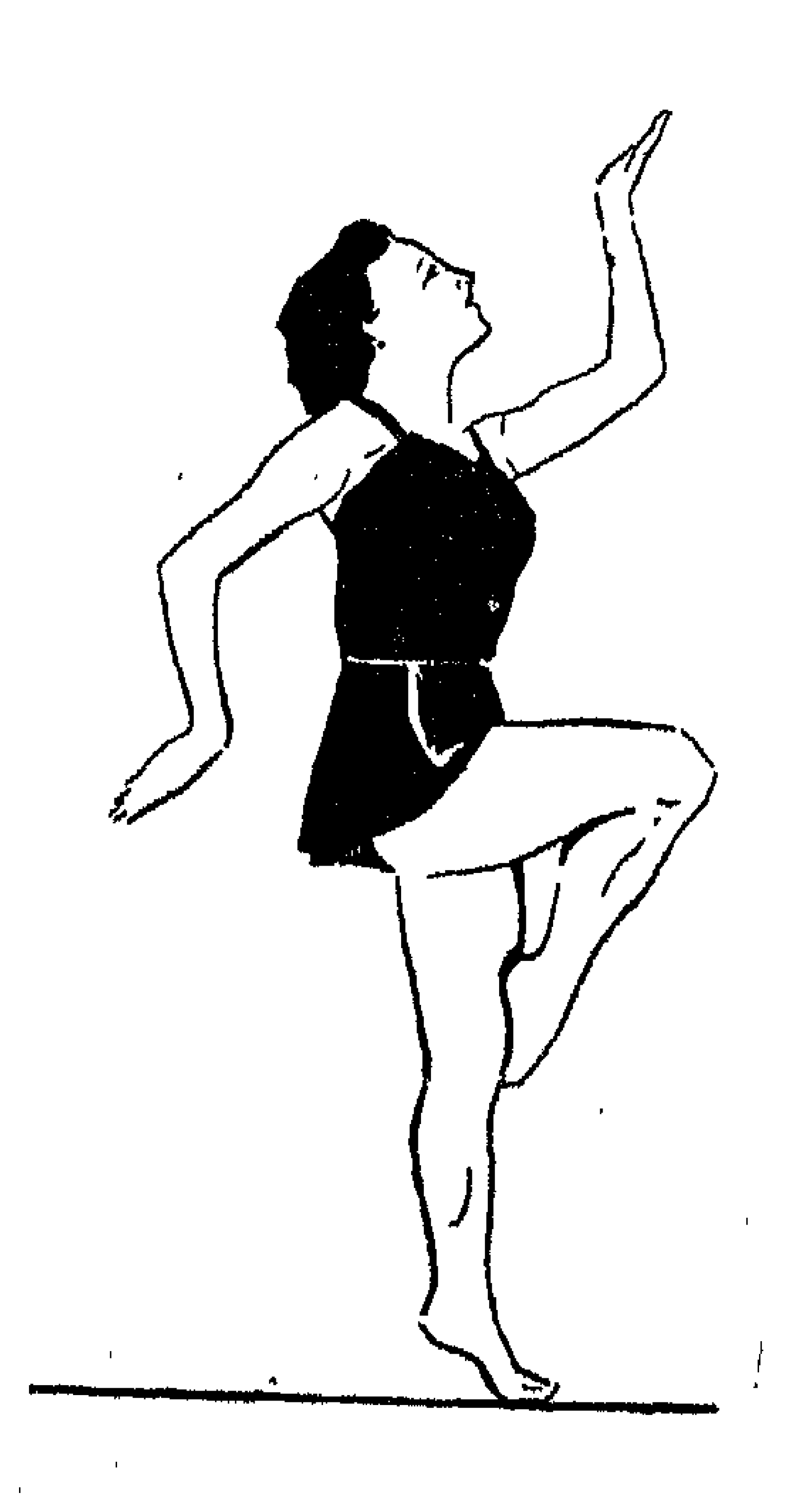
٤ ـ تمرين يعتمد على ليونة الجذع . الارتكاز على احدى الساقين ، والساق الاخرى مرفوعة وممتدة فى خط افقى والمشط يمس الحائط . الذراع الايمن ممدود ومرتكز على حاجز



٣ ـ تمرين اخر للرشاقة . الساق اليسرى ممدودة ، والمشط منبسط فى اتجاه الساق . الذراع الايمن ممدود فى اتجاه الساق اليسرى . الرأس ملتصق بالذراع الايمن .



٥ ـ حركة انسيابية تعبر عن قفزة طائرة . الارتكـــاز على أطراف اصابع قدم واحدة . الساق الاخرى مثنية الى الداخل والى أعلى . الذراعان ممدودان فى الهــواء . الجذع متجه الى الامام .



٦ ـ الارتكاز على اصابع احدى الساقين . الاخرى مرفوعة ومرتكزة على الركبة الاخرى . الصدر والجذع مشدودان



حلويات رمضان وعيد الفطر المبارك

للسيدة حكمت صبحى

بودنج البابا بالزبيب

المقادير :

٨ ملاعق كبيرة دقيق — ذرة ملح
ملعقة ونصف سمن — نصف اوقية خميرة بيرة
ملعقة كبيرة سكر
ملعقتان كبيرتان زبيب بناتى — قليل من اللبن اذا احتاج الامر
بيضتان

للشراب : ربع اقة سكر • كوب ماء • ملعقة شاى عصير ليمون

الطريقة :

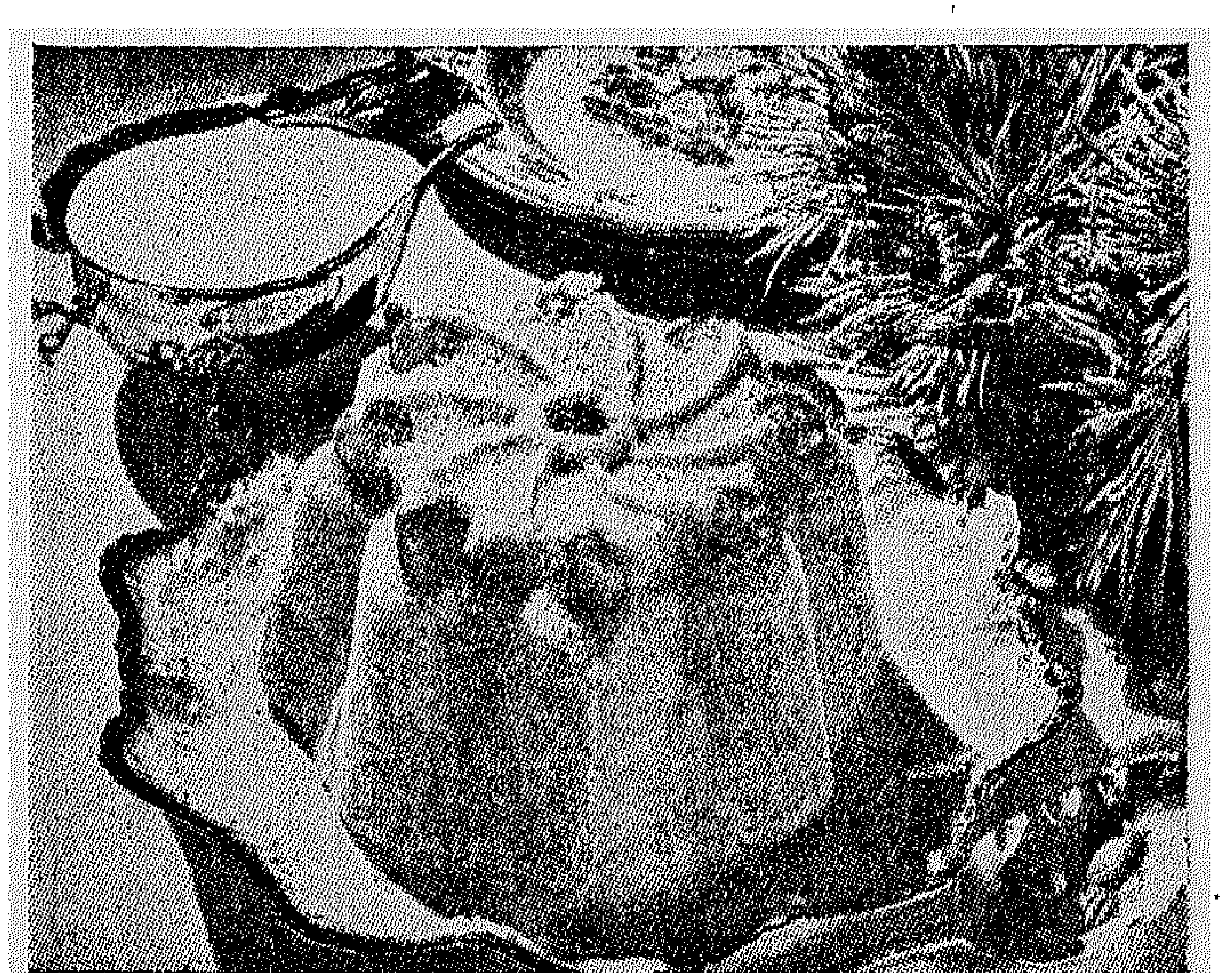
١ – اخفقى السمن والسكر جيدا ثم اضيفى اليه البيض المخفوق جيدا

٢ – ادعكى الخميرة البيرة بقليل من السكر السنترفيش حتى تسيل ثم اضيفى اليها قليلا من الماء الدافىء وقلبيها جيدا ثم اضيفيها الى الدقيق والملح والزبيب

٣ – اضيفى الدقيق الى خليط السمن والسكر والبيض واخفقى الجميع جيدا حتى تتكون عجينة لينة متماسكة ويمكنك اضافة قليل من اللبن اذا احتاج الامر •

٤ – اتركى الخليط حتى يخمر لمدة ساعة أوأكثر •

٥ – ادهنى القالب بالسمن وضعى فيه الخليط مع ملاحظة ان يصل الخليط الى نصف القالب ثم اتركيه حتى يتضاعف حجمه ويملأ القالب ثم يخبز فى فرن ساخن •



٦ – ضعى السكر فى اناء واضيفى اليه الماء وارفعيه على النار الهادئة مع التقليب حتى يذوب السكر ثم اضيفى اليه عصير الليمون واتركيه يغلى حتى يعقد نوعا مع ملاحظة ان الشراب المستعمل لهذا البودنج يكون قوامه خفيفا •

٧ – بعد ان ينضج البودنج ويعرف ذلك باحمرار سطحه يقلب من القالب ويوضع فى اناء عميق ويسقى بالشراب البارد وهو ساخن حتى يتشرب بأكبر كمية ممكنة من الشراب ثم يوضع على طبق بللورى مسطح ويترك حتى يبرد تماما

٨ – يجمل بالكريمة والفاكهة المحفوظة على حسب الذوق كما هو موضح بالرسم ، ويقدم للاكل باردا •

* * *

بسكوت النشادر

بسكوت اقتصادى لذيذ الطعم محبوب لدى الاطفال سهل العمل

المقادير :

اقة دقيق — نصف رطل سمن
رطل سكر بودرة — لبن للعجن : حوالى كوب
أربع بيضات — فنجان قهوة مسحوق خميرة النوشادر
فانليا

الطريقة :

١ – اضربى السمن حتى يصير كالقشدة • ثم اضربى البيض جيدا واضيفى اليه الفانليا ويضاف الى السمن المضروب ويمزج

٢ – اضيفى السكر للمزيج السابق وامزجى الجميع جيدا

٣ – اضيفى النوشادر الى الدقيق ثم يضاف للمزيج السابق ويعجن باللبن حتى تحصلى على عجينة يابسة ملساء قابلة للفرد أوالتشكيل بسهولة •

٤ – شكلى العجينة الى اشكال مختلفة او افرديها على لوح مرشوش بالدقيق لسمك لايزيد عن نصف سنتيمتر وتقطع بالقواطع المختلفة

٥ – يرص البسكوت على مسافات متباعدة نوعا فوق صاج مدهون بالسمن ويدهن وجه البسكوت بالبيض المضروب •

٦ – يخبز فى فرن ساخن حتى ينضج •

٧ – عندما يبرد تماما يعبأ فى العلب الصفيح ويحكم الغطاء ويترك لحين الاستعمال

شكلمة جوز الهند

المقــادير :

٥ بياض بيض (الزلال) — ٣ر٥ اوقية جوز هند
٤ أوقيات سكر بودرة — كريز مسكر للتجميل

الطــريقة :

١ ـ اضيفى السكر الى زلال البيض فى سلطانية وضعيها فوق حمام مائى ويضرب المزيج بالمضرب السلك حتى يغلظ القوام ويصير المزيج مطاطا ابيض

٢ ـ ارفعيه من على الحمام المائى واضيفى اليه مبشور جوز الهند

٣ ـ حضرى الصاج وافرشيه بورق شفاف ثم ادهنيه بالزبد السائل ويرش بالدقيق ٠

٤ ـ قطعى الشكلمة الى قطع صغيرة هرمية الشكل فوق الصاج المعد السابق ، والزمى السرعة الزائدة فى هـذه المرحلة حتى لايبرد منك المزيج فيتجمد ويصير من الصعب تشكيله

٥ ـ زخرفى سطح كل واحدة بقطعة صغيرة من الكريز المسكر

٦ ـ تخبز فى فرن هادىء جدا حتى تتماسك مع ملاحظة عدم تغيير لونها

٧ ـ اتركيها على الصاج حتى تبرد ثم ارفعيها بخفـة واحفظيها فى العلب المحكمة الغطاء لحين الاستعمال

* * *

صينية البقلاوة بالكستردة

سهلة الصنع وقليلة التكاليف وميسورة للجميع ٠

المقــادير :

١/٣ أقة جلاش طازج — قليل من الفانليا
رطل لبن — ٤ ملاعق سكر بودره
١ر٥ ملعقة كبيرة مسحوق الكسترده — ربع رطل سمن سائل

الطــريقة :

١ ـ ضعى مسحوق الكسترده فى كوب ويحلل بقليـل من اللبن البارد أوالماء ثم اتركى باقى مقـدار اللبن يغـلى على النار ثم صبيه وهو يغلى فوق مسحوق الكسترده المحلل



وزارة الاشغال العمومية

تقبل عطاءات لغاية ظهر يوم ١٠ يونيه ١٩٥٢ عن توريد طمى ورمل وبناء دبش لحدائق مستعمرة مشروع توليد الكهرباء من خزان اسوان • ويمكن الحصول على نسخة من الاشتراطات نظير دفع مبلغ ٧٥٠ مليما بخلاف ١٠٠ مليم أجرة البريد• ويقدم الطلب على ورقة تمغة فئة ٥٠ مليما وسوف لا يلتفت التفتيش للعطاءات الغير مصحوبة بتأمينات ابتدائية كاملة • (١٦٤٥)

مصلحة البلديات

تقبل العطاءات بمجلس اسيوط البلدى حتى ظهر يوم ١٧ يونيو ١٩٥٢ عن عملية انشاء غرفة للبنزين ودهان المكاتب وصالة الماكينات وانشاء بيارة وترميم دورة مياه وابور الانارة• وتطلب الشروط والمواصفات من المجلس على ورقة دمغة فئة ٥٠ مليما نظير مبلغ ٥٠٠ مليم للنسخة بخلاف أجرة البريد وكل عطاء لا يرفق به تأمين ابتدائى قدره ٢ ٪ من قيمته لا يلتفت اليه (١٦٣٧)

اعــلان

تقبل عطاءات بمراقبة التوريدات العمومية بوزارة المالية لغاية الساعة ١٢ من ظهر يوم الاربعاء الموافق ٤-٦-١٩٥٢ عن توريد سنون وأيادى ريش وأقلام رصاص للمدارس وورق نشاف وخلافه ويمكن الحصول على الشروط والمواصفات من المراقبة المذكورة مقابل دفع مبلغ ١٠٠ مليم يضاف اليه أجرة البريد وتقدم الطلبات على ورقة دمغة فئة خمسون مليما • (١٦٤٤)

وزارة الشئون الاجتماعية

تقبل عطاءات بوزارة الشئون الاجتماعية لغاية الساعة ١٢ ظهر يوم ١٩ يونيه ١٩٥٢ عن مزايدة تأجير بوفيه ديوان عام الوزارة لمدة سنة من أول يوليه ١٩٥٢ لغاية آخر يونيه ١٩٥٣ ويمكن الحصول على الشروط من ادارة المخازن بالوزارة مقابل ٢٠٠ مليم يضاف اليه ٥٠ مليم أجرة البريد ، تقدم الطلبات على ورقة دمغة فئة الخمسين مليما • (١٦٦٨)

مصلحة البلديات

تقبل العطاءات بمصلحة البلديات (بوستة قصر الدوبارة) لغاية ظهر يوم ١٩-٦-١٩٥٢ عن عملية دهان صهريج المياه العالى والمرشحات بسوهاج وتطلب الشروط والمواصفات من المصلحة على ورقة تمغة فئة الخمسين مليما مقابل دفع مبلغ ٢٠٠ مليم خلاف أجرة البريد وكل عطاء غير مصحوب بتأمين ابتدائى قدره ٢ ٪ لا يلتفت اليه • (١٦٧١)

مصلحة البلديات

تقبل العطاءات بمجلس اسيوط البلدى حتى ظهر يوم ١٨ يونيه ١٩٥٢ عن عملية ترميم السلخانة• وتطلب الشروط والمواصفات من المجلس على ورقة دمغة فئة ٥٠ مليما نظير مبلغ ٢٠٠ مليم للنسخة بخلاف أجرة البريد وكل عطاء لا يرفق به تأمين ابتدائى قدره ٢ ٪ من قيمته لا يلتفت اليه (١٦٣٦)

وزارة المعارف العمومية

تقبل العطاءات بعنوان حضرة صاحب العزة سكرتير عام وزارة المعارف العمومية بشارع الفلكى بالقاهرة عن طريق البريد أو بوضعها فى الصندوق المخصص لذلك بادارة المحفوظات بالوزارة لغاية الساعة الثانية عشر من ظهر يوم السبت الموافق ٥-٧-١٩٥٢ عن توريد أجهزة المغناطيسية اللازمة لمدارس الوزارة لسنة ١٩٥٢-١٩٥٣ ويمكن الحصول على الشروط وقوائم المناقصة من مراقبة التوريدات بشارع صفية زغلول بالقاهرة نظير دفع مبلغ ٤٠٠ مليم خلاف أجرة البريد• (١٦٧٦)

وزارة الصحة العمومية

تقبل عطاءات بمكاتب حضرات أطباء أول المستشفيات الآتية لغاية الساعة الثانية عشر ظهر يوم ١٠ يونيو ١٩٥٢ لتوريد الاغذية اللازمة لعام ٥٢-١٩٥٣ : رشيد • الدلنجات فاقوس • أبو حمص • الفاروقية (شرقية) • الانكلستوما نمرة ٣٩ بطوخ • الانكلستوما نمرة ٢٩ ببركة السبع • مستعمرة الناقهين والمصح بالمرج • مستشفيات الامراض المتوطنة والباطنية بالتوفيقية بحيرة• قليوب • شبين القناطر • شبين الكوم• مستعمرة الجذام بأبى زعبل• دمنهور • الزقازيق • مستشفى الرمد بالمطرية دقهلية • مستشفى الرمد والانكلستوما بأبى كبير شرقية • سمنود • الاسماعيلية • انشاص • كفر الزيات • ميت غمر• زفتى • مستعمرة الجذام بالعامرية• أجا• منيا القمح• طنطا• المنصورة• المحلة الكبرى • فوه • ببا • أخميم• الفكرية • سمالوط • أبو تيج • الانكلستوما نمرة ٢٢ بالجيزة• امبابه (حميات وانكلستوما) • منفلوط • بنى مزار • الفشن • طهطا • الرمد بابشواى • الرمد الثابت بطاميه فيوم • اطسا فيوم • جرجا • الواسطى • المنيا • وتطلب قوائم المناقصات من المستشفيات نفسها على ورقة تمغة فئة خمسون مليما وثمن كل قائمة مائة وخمسون مليما للنسخة الواحدة يضاف الى ذلك ثلاثون مليما أجرة البريد (١٦٤٩)

مع التقليب السريع المستمر ثم اضيفى السكر الكافى للتحلية

٢ — اعيدى المزيج السابق الى الكزروله ويرفع فوق النار الهادئة مع التقليب المستمر حتى يغلى ويغلظ قوامه ثم يرفع من على النار ويترك حتى يبرد مع تقليبه من حين لآخر لعدم تكون سطح واضيفى الفانليا واضبطى الطعم •

٣ — ادهنى صينية مستديرة بالسمن وضعى فيها طبقة من الجلاش ثم رشى فوقها قليلا من السمن السائل وضعى فوقها طبقة اخرى من الجلاش ورشيه بقليل من السمن السائل ثم قليل من السكر البودرة ، وكررى هذه العملية حتى تضعى ثلث مقدار الجلاش الموجود عندك

٤ — ضعى نصف مقدار الكستردة ويغطى بطبقة من الجلاش والسمن السائل والسكر البودرة بالطريقة السابقة حتى تضعى الثلث الثانى من كمية الجلاش

٥ — ضعى باقى مقدار الكستردة ثم باقى مقدار الجلاش فى طبقات متبادلة مع السمن السائل والسكر البودرة • واخيرا ، رشى سطح الصينية بمقدار واف من السمن السائل

٦ — تخبز فى فرن ساخن حتى يحمر السطح

٧ — تقلب على طبق بللورى مسطح ، وزخرفى السطح برشه بقليل من السكر البودرة وتقدم أو تقطع الى مكعبات مثل البقلاوة وتقدم مقطعه

* * *

بسكوت البتى فور

كثرت الخطابات التى تطلب هذا الصنف رغم انه سبق نشره فى اعداد سابقة ، لذا رأيت اعادة نشره بمناسبة حلول عيد الفطر المبارك

المقــادير :

كوبتان من الدقيق	ثلاثة أرباع كوب سمن
نصف كوب سكر بودرة	بيضتان
	قليل من الفانليا
قليل من اللبن	ملعقة صغيرة خميرة بيكنج
قليل من الكاكاو	بودر

الطـريقة :

١ — اضربى الزبدة والسكر جيدا حتى تصير هشة كالكريمة

٢ — اخلطى الخميرة بالدقيق ثم اضيفه بالتناوب مع البيض الى مزيج السكر والسمن ، واخيرا اضيفى الفانليا وامزجى الجميع جيدا حتى تحصلى على عجينة سهلة الفرد اوالتشكيل مع اضافة اللبن ان احتاج الامر

٣ — لونى جزءا من العجينة باضافة ملعقة كاكاو اليها اذا رغبت فى ذلك

٤ — ضعى العجينة فى كيس حلوى مركب عليه بلبلة منقوشة بشكل الوردة ويضغط عليها فوق صاج مدهون قليلا بالسمن ، وزخرفى سطح كل بقطعة صغيرة من اللوز اوالكريز المسكر

٥ — يخبز فى فرن هادىء حتى يصفر لونه وينضج

٦ — يترك حتى يبرد تماما ثم يعبأ فى العلب المحكمة الغطاء لحين الاستعمال



الاحد أول يونيه
٨ رمضان
منقوع قمر الدين ، فول مدمس بالتقلية ، ملوخية ، دمعة ، ارز مفلفل ، مخلل ، قمر الدين مطبوخ

الاثنين ٢ يونيه
٩ رمضان
خشاب بلح ، فول مدمس بسلطة الخضر ، باميا مكمورة ، أرز مفلفل ، سلطة خضار ، فاكهة

الثلاثاء ٣ يونيه
١٠ رمضان
خشاف التين ، فاصوليا خضراء مكمورة ، أرز مفلفل ، سلطة طحينة ، الماسية

الاربعاء ٤ يونيه
١١ رمضان
خشاف قراصيا ، فول مدمس بالبيض ، مسقعة باذنجان ، سلطة زبادى ، مكرونة ، فاكهة

الخميس ٥ يونيه
١٢ رمضان
خشاف المشمش ، ورق عنب محشو ، سلطة زبادى بالخيار ، مسقعة كوسه ، كنافة

الجمعة ٦ يونيه
١٣ رمضان
خشاف البلح ، ترلى ، مكرونة ، سلطة خضار ، صينية بقلاوة بالكستردة

السبت ٧ يونيه
١٤ رمضان
خشاف التين ، فول مدمس بالتقلية ، سلطة زبادى ، ملوخية ، ارز مفلفل ، دمعة ، فاكهة

الاحد ٨ يونيه
١٥ رمضان
منقوع قمر الدين ، فراخ محمرة ، كشك ، دمعة ، ارز مفلفل ، سلطة خضار ، فاكهة

الاثنين ٩ يونيه
١٦ رمضان
خشاف الزبيب ، فاصوليا خضراء مكمورة ، ارز مفلفل ، مخلل ، قطايف

الثلاثاء ١٠ يونيه
١٧ رمضان
خشاف بلح ، فول مدمس بالتقلية ، صينية باذنجان بصلصة البشاميل ، سلطة خضار ، فاكهة

الاربعاء ١١ يونيه
١٨ رمضان
منقوع قمر الدين ، فول مدمس بسلطة الخضر ، دقة باميا ، أرز مفلفل ، سلطة خضار ، خشاف القراصيا

الخميس ١٢ يونيه
١٩ رمضان
خشاف التين ، بطاطس مكمورة ، أرز مفلفل ، سلطة خضار ، مشمش

الجمعة ١٣ يونيه
٢٠ رمضان
خشاف البلح ، فول مدمس بالبيض ، لوبيا خضراء مكمورة ، أرز مفلفل ، سلطة طحينة ، الماسية

السبت ١٤ يونيه
٢١ رمضان
خشاف مشمش ، رجلة مكمورة ، ارز مفلفل ، سلطة خضار ، كنافة

الاحد ١٥ يونيه
٢٢ رمضان
منقوع قمر الدين ، فول مدمس بالتقلية ، ملوخية ، ارانب محمرة ، دمعة ، ارز مفلفل ، فاكهة

جامعة فؤاد الاول ـ كلية الحقوق

تعلن كلية الحقوق بجامعة فؤاد الاول عن حاجتها لشغل وظيفة أستاذ فى القانون المدنى (أستاذ ج ٨٤٠ ـ ٩٦٠) ويشترط فى الطالب· ١ ـ أن يكون حاصلا على درجة دكتور من احدى الجامعات المصرية أو على درجة تعتبر معادلة لها من جامعة أجنبية أو معهد معترف بهما · ٢ ـ أن يكون قد شغل وظيفة أستاذ مساعد مدة أربع سنوات فى احدى كليات الجامعات المصرية أو معهد علمى من طبقتها · ٣ ـ أن يكون قد قضى اثنتى عشرة سنة فى خدمة الحكومة أو مضت عليه أربع عشرة سنة على حصوله على درجة الليسانس فى الحقوق · ٤ ـ أن تكون له أبحاث علمية قيمة ومبتكرة · وتقدم الطلبات باسم حضرة صاحب العزة عميد كلية الحقوق فى موعد ينتهى فى ١٠ يونيو سنة ١٩٥٢ (١٦٦٤)

مجلس مديرية المنوفية

تقبل العطاءات بمجلس مديرية المنوفية حتى ظهر يوم السبت ٢١ يونيو ١٩٥٢ عن توريد أغذية لمؤسستى البنين والبنات بشبين الكوم لمدة سنة من يوليو سنة ١٩٥٢ وتطلب الشروط والمواصفات من المجلس على ورقة تمغة فئة خمسين مليما نظير مبلغ مائة مليم بخلاف أجرة البريد· (١٦٦٩)

وزارة الحربية والبحرية

تقبل العطاءات بديوان الوزارة لغاية الساعة الثانية عشر ظهر يوم ١٦ يونيه ١٩٥٢ عن عملية اقامة محطات لتقوية الصوت بمنطقة سيناء وتطلب شروط هذه المناقصة من ادارة العقود والمشتريات بديوان الوزارة على ورقة دمغة فئة خمسين مليما مقابل دفع خمسة جنيهات وأجرة البريد ١٢٠ مليما (١٦٢٩)

اعلان مناقصة

تقبل العطاءات بمكتب حضرة صاحب العزة مدير عام مبانى القصور الملكية بقصر عابدين العامر لغاية ظهر يوم الاحد الموافق ١٥ يونيه ١٩٥٢ عن أعمال الصيانة والترميمات والاعمال الجديدة الصغيرة والتعديلات والاضافات الاعتيادية لمبانى القصور الملكية العامرة وملحقاتها بالقاهرة والاسكندرية فى المدة من أول يوليو ١٩٥٢ لغاية آخر يونيه ١٩٥٣ · ويمكن الحصول أو الاطلاع على قائمة الاثمان الاعتيادية عن أى تفتيش تابع لمصلحة المبانى الاميرية أما الانموذج الخاص بتقديم العطاءات فيمكن الحصول عليه من مكتب ادارة الهندسة بقصر عابدين العامر بتقديم طلب على ورقة دمغة فئة خمسين مليما وثمن الانموذج لكل من قصور القاهرة وقصور الاسكندرية ١٥٠ مليما خلاف ٥٠ مليما أجرة بريد · (١٦٤٣)

وزارة الاشغال العمومية

يعلن تفتيش مبانى قبلى القاهرة الكائن بالدور العلوى من مبنى عمارة وزارة المواصلات بشارع القصر العينى بالقاهرة عن المناقصة الآتية: أعمال الصيانة والترميمات السنوية فى العام المالى (١٩٥٢ـ١٩٥٣) الذى يبدأ من أول يوليه سنة ١٩٥٢ لغاية ٣٠ يونيه سنة ١٩٥٣ ـ للمبانى الحكومية والمبانى المؤجرة لمصالح الحكومة التابعة لتفتيش مبانى مشروعات الجامعة والمبانى التابعة لكل من مصلحتى السجون ومصلحة الميكانيكا والكهرباء الواقعة فى دائرة منطقتى ا و ب :

المنطقة ا ـ عن دائرة التفتيش وتشمل دائرة أقسام البوليس الاتية: دائرة قسم بوليس الخليفة ، دائرة قسم بوليس السيدة زينب ، دائرة قسم بوليس مصر القديمة ، دائرة بوليس المعادى ، دائرة قسم بوليس حلوان ·

المنطقة ب ـ من دائرة التفتيش وتشمل دائرة أقسام البوليس الاتية: دائرة قسم بوليس الدرب الاحمر، دائرة قسم بوليس الموسكى ، دائرة قسم بوليس عابدين ، دائرة نقطة بوليس الجيزة والزمالك ·

المحدد لفتح مظاريفها ظهر الايام التالية : ظهر يوم (١٠ـ٦ـ١٩٥٢) لفتح مظاريف الاعمال الاعتيادية · ظهر يوم (١٢ـ٦ـ١٩٥٢) لفتح مظاريف الاعمال الصحية· ظهر يوم (١٤ـ٦ـ١٩٥٢) لفتح مظاريف أعمال التركيبات الكهربائية· ويمكن للمقاولين الحصول على انموذج العطاء من مخزن التفتيش المذكور نظير دفع مبلغ (١٥٠مليم مائة وخمسين مليما) عن كل نوع من أنواع الاعمال المختلفة ولكل منطقة على حدة هذا بخلاف (٥٠مليم خمسين مليما) لاجرة البريد· طلبات الحصول على انموذج العطاء تقدم باسم حضرة صاحب العزة مفتش مبانى قبلى القاهرة على عريضة دمغة من فئة الخمسين مليما · (للمصلحة الحق فى قبول ورفض أى عطاء بدون ابداء الاسباب) · كل عطاء يرد للتفتيش غير مصحوب بالتأمين الابتدائى المحدد بانموذج العطاء يعتبر لاغيا ولا يلتفت اليه ويعتبر كأن لم يكن فضلا عن توقيع جزاء حرمان المتعامل مع وزارة الاشغال العمومية على كل صاحب عطاء يرد للتفتيش غير مصحوب بالتأمين الابتدائى المحدد بانموذج العطاء (١٦٦٦)



أنا .. من أنا ؟

أنا ... من أنا ؟؟

انا عبدالسميع بن عبد الرحمن الموظف بالحكومة المصرية . والبالغ من العمر الخمس والخمسين عاما . والذى تصرف لى خزانة الدولة مبلغ تسع وعشرين جنيها مصريا فقط لاغير هي مربوط الدرجة الخامسة التى وصلت اليها بعد خدمة بلغت خمسا وثلاثين عاما قضيتها فى الجلوس على قطعة من الخشب يدعونها بالمكتب ، وفى قراءة الجرائد وشرب القهوة ، والتندر على الزملاء والرؤساء وفى انتظار الانصاف والترقية والعلاوات

هل عرفتم من أنا ؟

وأظنكم عرفتمونى ...

ولكن لا ، فأنا اعتقد ان احدا منكم ايها الخلق لايستطيع ان يدرك بعقله المحدود وأفقه الضيق اسرار حياتى ومتاهات أفكارى ..

لقد عشت طوال حياتى حريصا أدارى هذا وامارى ذاك واحنى رأسى تارة وارفعها تارة اخرى . وامثل على كل من يحيط بى . واخدع كل من يتصل بى .

لقد علمنى ابى ان اغتنم كل فرص الحياة وان لاأدع نفعا دون اناقتنصه . وكان ينصحنى دائما مرددا ذلك المثل الحكيم « ان كان لك عند الكلب حاجه قل له ياسيد » ...

ان قصة حياتى انا عبد السميع افندى قصة عجيبة . بل انها لذيذة . وانى لاستشعر اللذائذكلها كلما استعرضتها فى مخيلتى ... ان أبى كان موظفا مثلى ... موظفا لم يفته قطار الميرى بل كان من ركابه الاول .

اما امى فهى قريبة ابى ومن نفس القرية التى انجبته . واما اخوتى فهم من الكثرة بحيث احتاج لفترة من التأمل لحصر عددهم . ويكفى ان اقول ان لى أربعة إخوة أشقاء من الذكور وسبعة اخوة غير اشقاء اوجدتهم ثلاث امهات اخريات .

انني اعتقد ان كل مايدرس فى المدارس الآن ويدعونه بالتاريخ ان هو الا محض خرافات وتفاهات يحشون بها عقول التلاميذ الصغار .. ان التاريخ الحق هو ذلك الذى يحكى تفاصيل حياتى وحياة اشباهى فى الحياة .

لقد رأيت الكثير وسمعت الكثير .. ولكن كل مارأيت وسمعت لايستطيع ان يجابه مامارسته من تجارب وما مر بى من خطوب .

وأول تجربة اثرت فى مصيرى وقعت وانا لم ابلغ من العمر سوى العشرين عاما . وكنت وقتها فى السنة الاولى من مرحلة التعليم الثانوى اوالتجهيزى كماكنا نسميه . ولم أك كبيرا كما يعتقد الكثيرون الآن فقد كان اكثر زملائى فى المدرسة فى سن الخمس والعشرين . ففى هذه السن فقدت والدتى ، وفى هذه السن تزوج والدى إمرأة اخرى .

وبسبب مضايقات امرأة أبى . وبسبب تصابى ابى وولعه بزوجته الجديدة الشابة تركت التعليم واصبحت موظفا فى ديوان الاوقاف بالمديرية . ومنذ اللحظة الاولى التى اصبح فيها اسمى ينادى مقرونا بلقب « أفندى » والتجارب تترى وتتدافع فى طريقى . ومنذ هذه اللحظة اخذت احس باحساسات جديدة . هى احساسات الانسان الذى يستطيع ان يتصرف كيفما يشاء .

وبالطبع اخذ الجميع يحومون حولى لتزويجى .

وبالطبع شعرت بأهميتى وكيانى . وكان ان اندفعت فى مجالات جديدة وآفاق لم أك احلم بها . تعلمت كيف اجلس على المقهى . وكيف ادخن السجائر المشفوعة بفناجين القهوة . وكيف اسهر حتى منتصف الليل .

وعلى كل حال لم يطل عهد هذه المرحلة التعليمية اذسرعان ما اعترانى الملل وابتدأ السأم يغزونى ...

وكان الزواج هو الحل الذى ارتضيته للخروج من سأمى وضيقى . كما انه كان الشىء الوحيد الذى لم أجربه حتى تلك اللحظة .

وبالفعل تزوجت من ابنة الباشكاتب . ونعمت بالحب والدفء والحنان . واخذت حياتى تستقر وابتدأ مصيرى يتحدد . ولم يكن فى زوجتى من عيب سوى انها تطيعنى طاعة عمياء . وقد اعجبنى هذا العيب فى بداية الامر ، لكن سرعان ماتضايقت منه واخذت احاول ان اخلق اجواء المشاحنات بأى طريقة أملا فى ان اجعل من رفيقة حياتى انسانة ذات قوة دافقة وحيوية ... ونجحت كعادتى دائما وكان نجاحى وبالا على . فقد اصبحت حياتى جحيما لايطاق وسلسلة لانهاية لها من المشاجرات والمعاكسات ..

وفكرت فى علاج لهذا الامر الجديد فلم اجد سوى ان اسعى للنقل الى العاصمة

بعيدا عن رئيسي الذى هو نسيبي وسوى ان اطلق زوجتي المشاكسة ٠

ان العاصمة شيء جميل حقا ٠٠٠ ان كل شيء ميسر فيها ٠ حتى الموظفون يختلفون عن زملائهم فى الاقاليم ٠٠٠ انهم هنا دائبو الشكوى والضجيج لايسكتون ولايملون ولا يأبهون لاى أمر مهما جل مادام لايمس معاشهم او اعتقاداتهم ٠ وقد سعدت لهذه الروح الجديدة واندمجت فى التيار بسرعة ورفق ٠

ولماكانت المغريات فى القاهرة من الكثرة بحيث لم استطع ضبط نفسي وموازنة دخلي أمامها فقد فكرت فى الزواج من جديد وتزوجت هذه المرة من ابنة صاحبة المنزل الذى اقطنه ٠

ان نعيمه زوجتي الثانية امرأة بكل مافى هذه الكلمة من معنى ٠ ان انوثتها دافقة وحرارتها لافحة ٠ انها تفهم كل شيء وتجيد كل مايخطر على البال ولايخطر ٠ ولكن عيبها الاكبر هو انها تصدع رأسي بكل مايدور بينها وبين الحاجة عليه والست أم محمد وأختها زينب وعمتها نفيسه ، وما الى ذلك ٠٠٠ وياليت الامر قد وقف عند هذا الحد اذا لاحتملته فقد كانت تحشر انفها فى كل شيء ٠ فيمايعنيها ومالايعنيها ، حتى امور عملي الذى اتقنته وعشت فيه منذ ان حصلت على وظيفتي ٠ وناهيك عن امها : انها امرأة حيزبون تحرض ابنتها على باستمرار وتشككها في تصرفاتي وتسيطر عليها فكرة غريبة كلماشاهدتنني اخاطب احدى جاراتنا اوصديقاتناوهي انني احاول ان اخون ابنتها وأتركها بعد ان أنجبت منها اربع اولاد ٠ انها لاتأمن للرجال ابدا ٠ وقد انشأت

البقية ص ٦٣

"كان" ياما كان

عيبنا الاكبر أننا مغالطون .. نعيش فى الاوهام ولا نحب أن نعترف بالحقائق.

نذهب الى مهرجان السينما فى مدينة كان .. ونستعد للاشتراك فى مهرجان فينسيا .. ونروح نحلم بالجوائز التى ستمنح لنا ، وبالدعاية الضخمة التى ستفوز بها مصر من اشتراكنا فى مثل هذه المهرجانات الدولية .. ونكتب المقالات

ولست أعيب أن نشترك فى المهرجانات السينمائية وان نندمج فى المحافل الدولية فليس من شك فى أن ذلك يعود علينا ببعض الفوائد ..

ولكن أغلاطنا وتمادينا فى سياستنا الخاطئة فى الانتاج وعدم استفادتنا من الدروس والتجارب تضيع علينا دائما أعظم الفوائد وتجعلنا نشعر — كما تجعل العالم كله يشعر — بقصورنا وعجزنا .. عجزنا من أن نقدم انتاجا يقف بجانب الانتاج العالمى وقفة الند ..

أنظر الى قول احدى المحكمات — كما جاء فى الحديث الذى أدلى به الى آخر ساعة الاستاذ محمد الشريف ممثل الحكومة المصرية فى مهرجان السينما بمدينة كان

« ان الموضوعات التى تعالجها أفلامكم قديمة أخرجتها السينما فى الغرب منذ سنوات عديدة — كما أنكم تعالجون تلك الموضوعات بطريقة بدائية تكاد تنطق بأن عملية اعداد السيناريو لا وجود لها لديكم — أى ليس لديكم سيناريست بالمعنى المقصود من هذه الكلمة .. كما ان الفيلم فى مجموعه غير محبوك الاطراف .. أما الممثلات فجمال بعضهن ملحوظ أخاذ الا أن وجوههن ينقصها التعبير الكافى مما يلجئهن الى تحريك باقى أعضاء الجسم، وتحريك الاعضاء تجسمه السينما بشكل أكثر وضوحا من الطبيعة مما يفسد جمال الصورة ويشوه الكثير من المواقف »

هذا هو رأى الفنيين الاجانب فى انتاجنا ولكن المخرجين المصريين يدافعون بقولهم ان المشاكل الاجتماعية التى تواجهها مصر اليوم هى نفس المشاكل التى واجهت الغرب أثناء تطوره الاجتاعى من سنوات عديدة . ولهذا تبدو المشاكل التى تعالجها قصص أفلامنا فى أنظار العالم قديمة مع أنها جديدة بالنسبة لمجتمعنا . كما ان القصة المصرية فى حد ذاتها حديثة العهد اذا قيست بعمر القصة الفرنسية أو الانجليزية أو الامريكية .

وأعجب من هذا وذاك قولهم « أما ما قيل عن البدائية التى تعالج بها الموضوعات فهى فى نظر المخرجين المصريين تناسب حالة الشعب نظرا لضآلة نسبة المتعلمين مما يضطر المخرج الى الاطالة ومحاولة تبسيط الفكرة حتى يتمشى مع عقلية جمهوره » ..

ان حضرات السادة المخرجين لا يريدون أن يعترفوا بأننا نسرق قصص أفلام الغرب ونمسخها ونذهب بها الى مهرجانات السينما .. ثم ننتظر أن يصفق لنا العالم

وحضراتهم يحاولون اقناعنا بأنهم يعالجون مشاكلنا الاجتماعية التى هى شبيهة بالمشاكل التى واجهت الغرب أثناء تطوره الاجتماعى من سنوات ...

وأخيرا وليس آخرا يقسون على الشعب الذى وقف الى جانبهم وملأ جيوبهم بالذهب هذا الشعب يتهمونه بالجهل وهو الذى يحفظ الافلام الاجنبية عن ظهر قلب ويروح يسرد مواقف كل فيلم بقدرة عجيبة ... ولكن ...

لقد غاب عن حضرات السادة المخرجين ان أفلامنا المصرية فشلت فى معالجة أية مشكلة اجتماعية تعرضت لها لسبب بسيط هو ان العقول التى عالجت هذه المشاكل عقول قاصرة وغاب عنهم أننا لانستطيع انتاج أفلام دولية كالتى تنتجها الدول الاخرى



لاسباب عديدة وان فرصتنا الوحيدة للفت أنظار العالم الينا هى انتاج أفلام مصرية يكون فيها شيء يثير فضول الناس فى هذه المهرجانات ويشعرهم بأنهم أمام شيء جديد غير مألوف لديهم ٠

ان الفيلم المصرى الصميم الذى يصور الحياة المصرية الصميمة هو الفيلم الذى يمكن أن يؤدى بنا الى الغرض من الاشتراك فى المحافل الدولية ٠٠ الفيلم المصرى الذى لا يكون فيه ممثلون ينقصهم التعبير فيلجأون الى تحريك أجسامهم بلامناسبة ٠٠ الفيلم المصرى الذى لا يصاب فيه ممثل برصاصة فى صدره فيضع يده على موضع الاصابة واذا باليد تظهر مربوطة كأن الرصاصة أصابت اليد لا الصدرأوكأن وضع اليد على الصدر أرجع الرصاصة الى اليد فأصابها أو لا أدرى ماذا يمكن أن يقال فى تفسيرهذه اللخبطة

لقد استفدنا من مهرجان السينما فى مدينة كان فائدة واحدة هى ان ممثلنا الرسمى الشريف بك كان عند حسن الظن به فلم ينظر الى المهرجان على أنه وسيلة لمجرد الظهور بل عمد الى دراسة كل ما يتصل بمثل هذه المهرجانات وعاد يبصرنا بالحقائق ويوجهنا التوجيه السديد ٠٠٠ ولم يحاول ـ وهذ مالا استغربه من رجل مثله ـ ان يخفى عنا شيئا من النقد الذى وجه الى الفيلم المصرى ٠

انه الرجل الوحيد الذى لم يغالط عندما تحدث عن السينما المصرية

محمد عبد القادر المازنى

بنت النيل تقدم ...



ثريا حمدان

يسر « بنت النيل » أن تقدم الى قارئاتها وقرائها وجها جديدا ـ كنماذج حية من فتيات النيل المثقفات الناهضات فى ميادين العمل ، أو فى طلب العلم ، أو فى المنزل ٠٠ كدليل على نجاح الفتاة المصرية الحديثة ـ بنت النيل !

◆ عند ما استخدمت محطة الاذاعة المصرية المذيعات لاول مرة فى سنة ١٩٤٥ ، قدمت السيدتين صفيه المهندس وتماضر توفيق ، وكان صوت كل منهما نموذجا : الاول فى رقته وحلاوة جرسه ، والثانى فى جمال رونقه واتزان نبراته ٠

◆ أما هذه المذيعة « ثريا حمدان » فقد قبس صوتها من جرس الاول ومن اتزان الثانى !

فهى حينما تقدم البرنامج يخيل الى مستمع الراديو أنها تهمس فى أذنه بشيء من الايحاء !

وحينما تقرأ نشرة الاخبار تحاول أن تنطق الالفاظ من قلبها لا من حنجرتها !

◆ وهى ـ بحق ـ المذيعة التى يرتاح اليها سمعك ، اذ ترق على اللفظ فى موضع اللين ، وتشد عليه فى موضع القوة ـ ولكن بحرص ـ كأنما تخشى أن تزعج السامع ٠

◆ تخرجت فى كلية الآداب ، قسم اللغةالانجليزية والتحقت بالاذاعة ٠

◆ عرفت أمام الميكروفون بالدعة وهدوء الاعصاب، وكم من موقف مربك يحدث للمذيعين والمذيعات تخلصت منه ثريا حمدان بضبط أعصابها ولباقتها ٠

◆ وربما يرجع هذا الى أنها فتاة رياضية أكسبتها السباحة طول النفس وهى كذلك لاعبة كرة السلة ٠

◆ هوايتها الاجتماعية هى الندوات الثقافية ، والموسيقى ، حيث يلازمها هنا أيضا « طول النفس » فى القراءة والاطلاع ٠٠ وفى الاستماع الى الموسيقى الكلاسيكية ٠

أنا ... من أنا ...

بقية المنشور ص ٦١

ابنتها على نفس النهج ٠٠٠ ومهما يكن من امر فقد حزمت امرى ذات يوم وبعد ان استشرت الحاج حسنين البقال وارسلت الى نعيمة ورقة الفراق ٠ ولم يحزننى شيء فى هذه الخطوة سوى فراق اولادى ٠ ولم يقض مضجعى سوى تلك القضايا الشرعية التى اخذت تنهال على طوال سنة ونصف ذقت فيها الامرين ٠

ان الزواج فى القاهرة سهل جدا ككل شيء ولكن الطلاق ٠٠٠ آه منه ، انه صعب أليم ٠

الا بارك الله فى عم الحاج حسنين انه هو الذى وقف بجانبى فى هذه المحنة وشد ازرى ٠ ولن أستطيع ابدا ان انسى «جمايله» التى لاتحصى ولا تعد ٠

ولقد اتيحت لى الفرصة بالفعل لرد « هذه الجمايل » بزواجى من انعام شقيقة عم حسنين ٠ انها المكافأة التى خبأها لى القدر بعد كل هذا العناء ٠ انهامتعلمة انها السعادة التى كنت انشدها ٠٠٠ انها زوجتى الحالية والتى لاأستطيع ان اقول اننى سأتزوج بعدها امرأة اخرى ٠٠٠ انها أم اولادى محمد وحسن وعلى ٠ انها بشير السعد والحظ ٠٠ انها رفيقة حياتى التى أتتنى معها الدرجتين السادسة والخامسة ٠٠: انها رفيقة الانصاف والتيسير والعلاوات ٠

والآن اظنكم قد عرفتم من انا ٠٠٠

انا عبدالسميع افندى زوج الست انعام شقيقة عم حسنين البقال ٠٠٠

انا عبد السميع افندى الذى تزوج ثلاث مرات والذى يبلغ من العمر خمس وخمسون عاما والذىلايدرى هل سيتزوج بعد ذلك ام لا ٠٠٠

السيد عبد العزيز خميس

ذوقيات

♦ الذوق شيء ليس في الكتب ياسيدتي . هكذا قال أحد الحكماء القدماء . انما هو دستور الاداب الاجتماعية، التي يتحتم على الناس اتباعها في معاملات بعضهم بعضا ... والذوق يلعب دورا هاما في كل ناحية من حياتنا اليومية ... وهذه بعض من الصور الاجتماعية التي نشهدها كل يوم في كل مكان ... ففي البيت يحتم عليك الذوق

♦ ان لا تصدح الموسيقى وعلى مقربة منك بيت فيه بكاء وعويل

♦ او أن تزعجي جيرانك بصوت مذياعك او مكبر الصوت فقد يكون بينهم مريض يتلمس اسباب الهدوء او طالب علم مكب على كتابه ودروسه .

♦ والا تثقلي على جيرانك بطلباتك او بالزيارات الكثيرة في الاوقات غير المناسبة . فمسكين من يعرف جيرانه ان ببيته تليفونا ... فكل بيت من البيوت المحيطة يعتبر هذا التليفون تليفونه الخاص ، رضى صاحبه او لم يرض .

وفي الطريق انت مطالبة بالخضوع لدستور الذوق

♦ فلا تتركي الافاريز المخصصة للمارة بالسير في عرض الطريق ولا تلقى بمهملاتك في الشارع وعلى مقربة منك السلال الخاصة بذلك

♦ وفي التزام عليك بعدم الركوب في غير الاماكن المخصصة للسيدات ولا تزاحمي غيرك اثناء صعودك أو نزولك .

وفي الحفلات العامة والمجتمعات انت مطالبة باحترام دستور الذوق

♦ فليس من الذوق أن تحضري الى حفل متأخرة عن الموعد المحدد له

♦ أو أن تقصي على صديقتك في السينما حوادث القصة قبل عرضها فتضايقي المحيطين بك وانت لا تشعرين .

♦ أو أن تصحبي اطفالك الصغار الى حفلة ساهرة فيفسدون على الحاضرين هدوءهم ببكائهم

♦ او ان تزوري صديقتك في ساعات الصباح فتصرفيها بذلك عن عملها اليومي

♦ او ان تقترضي ملابس صديقتك لتعرضيها على زوجك ليشتري لك مثلها .

♦ او أن تقاطعي احدى صديقاتك اثناء حديثها

عيسى متولي

تزيين الصالونات بنباتات الظل

يمكنك ياسيدتي أن تنسقي صالونك وردهاتك وفرنداتك منزلك وجميع الاماكن المظللة التي لا تصلها أشعة الشمس المباشرة بهذه النباتات الجميلة حتى لا يقل منزلك في جماله ورونقه وحسن تنسيقه عن منازل الغربيين ويستلزم ذلك الالمام بالنقط الآتية :

١ ـ أنواع النباتات التي تعيش في الظل

٢ ـ الاواني اللازمة لهذه النباتات

٣ ـ تنسيق هذه النباتات في الصالونات والردهات

٤ ـ المحافظة على هذه النباتات من الموت

١ ـ أنواع نباتات الظل:

تحتاج النباتات العادية لاشعة الشمس المباشرة لاتمام عملية التمثيل اللازمة لحياتها . ولكن هناك بعض أنواع من النباتات يمكنها الاستغناء عن أشعة الشمس المباشرة اكتفاء بضوء الشمس العادي وهذه هي نباتات الظل التي يمكن استخدامها في تزيين المنازل من الداخل ونذكر فيما يلي عشرة أنواع من هذه النباتات

١ ـ اللاتانيا وهي نوع من أنواع النخيل قصيرة الساق وأوراقها مروحية عريضة وهذا النوع حجمه كبير لذلك يحتاج الى تربيته في براميل صغيرة أو أصص كبيرة ويعمر هذا النبات نحو خمسة عشر عاما

٢ ـ الاسبرجس وهو نبات مداد يزرع لجمال أوراقه الرفيعة ويسميه العامة « شعر البنات » واذا وضع في مكان عال فان أوراقه تتهدل الى أسفل وتعطي منظرا جذابا . ومنه نوع أوراقه رفيعة ناعمة يسمى «الاسبرجس النينو»

٣ ـ اسبدسترا وهذا النبات ساقه لا تظهر فوق سطح الارض وتخرج أوراقه العريضة من الارض مباشرة

٤ ـ الفوجير وهو نبات سرخسي ومنه أنواع كثيرة ويزرع لجمال أوراقه الصغيرة التي تشبه الى حدما أوراق أشجار الليمون وبوسط الدرقة شوكة صغيرة

٦ ـ الدراسينا أوراقه تشبه أوراق الاسبدسترا الا ان له ساقا رفيعة ومنها نوع لون أوراقه وساقه أخضر وآخر لون أوراقه وساقه أحمر كما ان منه أنواعا عالية «طويلة الساق» وأخرى قصيرة الساق

٧ الساكس ويسمي ذيل الجمل لان أوراقه تشبه ذيل الجمل وهو نوع من النخيل يزرع لجمال أوراقه وساقه وانتظام نموه وهو بطيء النمو

٨ ـ بيجونيا ويسميه العامة ودن الفيل لان أوراقه عريضة سميكة حمراء اللون تشبه اذن الفيل وهذا النبات يزهر أزهارا بمبية حمراء في الربيع

٩ ـ البوتس وهو نبات متسلق يزرع لجمال أوراقه الصغيرة السميكة المزركشة واذا وضع على رف عال يمكن تدلية سيقانه وأوراقه الى أسفل أو رفعها الى أعلى . وهو نبات مائي ويمكن تربيته بزراعة العقلة الطرفية « طرف الساق النامي » وغرسها داخل اناء زجاجي به قليل من الرمل والماء

١٠ ـ الفلانجيا وهو نبات صغير الحجم وأوراقه خضراء شريطية سميكة ومنه نوع أوراقه خضراء وبها خط أبيض

٢ ـ الاواني اللازمة لهذه النباتات :

أكبر هذه الانواع هو اللاتانيا وهذه اما تربى داخل براميل صغيرة الحجم تدهن باللون الاخضر أو في اصص كبيرة الحجم . أما باقي الانواع فتزرع في أصص مناسبة لحجمها . وتوضع هذه الاصص داخل أوان نحاسية خاصة مختلفة الاحجام تباع في المحلات الكبرى حتى تحجب منظر الاصص فتزيد في جمال النبات ـ واذا تعذر الحصول على هذه الاواني النحاسية فيمكن تغليف الاصص العادية بقماش ملون بلون مناسب للاثاث ويحسن دهان هذه الاصص بأحد الالوان الزيتية قبل تغليفها بالقماش حتى لا يرشح منها الماء فيتلف القماش ـ ويمكن أيضا استعمال اصص خزفية مختلفة الاشكال وخاصة عند تنسيق كوشات من هذه النباتات أو عند تزيين السلالم

٣ ـ تنسيق النباتات :

توضع الانواع الكبيرة مثل اللاتانيا والاسبرجس والاسبدسترا والصفندر والدراسينا والفوجير المنزرعة داخل الاصص المغلفة بأوان نحاسية أو قماش فوق حوامل الازهار الخشبية التي يبلغ ارتفاعها نحو مترين وهذه الحوامل توضع في أركان الصالونات والردهات خلف المقاعد أما الانواع الصغيرة مثل الفلانجيا والبيجوميا فيمكن وضع اصصها المغلفة فوق المناضد وقطع الاثاث

أما الانواع المتهدلة الافرع والاوراق كالبوتس والاسبرجس فيحسن وضعها فوق الرفوف العالية وتنسيق أفرعها لاسفل أو أعلى بشكل جذاب ـ كما يمكن وضع جملة اصص من هذه الانواع المتهدلة داخل صندوق نحاس منقوش ويوضع فوق رف خاص فتعطى منظرا جميلا وتضفى على المنزل رونقا جذابا ٠

أما في الفراندات الواسعة فيمكن عمل كوشه «جبلاية» من اصص هذه النباتات في وسط الفرنده وذلك بوضع مدرج دائرى من الاصص العادية الفارغة المقلوبة فيكون في وسط الدائرة طبقتان أو ثلاث طبقات من الاصص المقلوبة فوق بعضها وحولها دائرة أقل ارتفاعا من هذه الاصص المقلوبة وهكذا ويوضع فوق هذا الهيكل من الاصص الفارغة المقلوبة اصص خزفية بها نباتات الظل ٠

ويمكن عمل هذا المدرج نصف دائرى بجوار أحد جوانب الفرانده

ويمكن تزيين سلالم المنزل اذا كانت خاصة بوضع أصص خزفية أو نحاسية على درجات هذه السلالم

ولا يفوتنا أن نذكر انه يجب عدم وضع هذه النباتات في غرف النوم حيث ان هذه النباتات تتنفس فتمتص الاكسجين وتطرد ثاني أكسيد الكربون فتتلف جو الغرفة

٤ ـ المحافظة على نباتات الظل من الجفاف :

ان أهم الاسباب التي تقضى الى موت النباتات التي تزرع في الظل ما يأتي :

١ ـ عدم توافر الضوء الضرورى لعملية التمثيل فان هذه النباتات وان أمكنها الاستغناء عن أشعة الشمس فانه لا يمكنها الاستغناء عن الضوء العادى لعملية التمثيل ووجودها باستمرار في مكان معتم يؤدى الى جفافها

٢ ـ عدم تجديد الهواء فالهواء لازم لحياة النبات لما يحويه من الاكسجين اللازم لعملية التنفس

٣ ـ وضع هذه الاصص في تيار شديد من الهواء يؤدى الى جفافها فيجب تجنب ذلك

٤ ـ تبخر المياه يكاد يكون معدوما في مثل هذه النباتات التي تعيش في الظل لذلك فان كثرة مياه الرى تسبب تعفن الجذور وبالتالي جفاف وموت هذه النباتات ما عدا البوتس فهو نبات مائى ويمكنه ان يعيش في الماء باستمرار ٠ كما يجب الملاحظة عند رى هذه النباتات لعدم انسكاب الماء في قلب النبات النامى حتى لا يتعفن ٠

ابراهيم بولس ابراهيم
مهندس زراعى

تليفون بنت النيل

٤٩٦٦٨
٤٠٦٨٤







السيدة حرم محمد فتحي ـ القاهرة:

يقول الدكتور ابراهيم احمد ابراهيم ان عملية الحاجز الانفى ليست من العمليات الخطرة ولا ينصح باجرائها قبل سن الثامنة عشرة وبعد هذه السن يمكن اجراؤها متى كانت حالة المريض الصحية تسمح بالعملية

كذلك يقول الدكتور على وهبى اخصائى العيون ان وصف المرض غير كامل ولذا لا يمكن البت فى هذه الحالة .

وبخصوص السؤال الثالث ارجعى الى عدد ابريل تجدى اللون المطلوب .

القارئة المخلصة ث.ا. مصر الجديدة:

يقول الدكتور يوسف وهبه يجوز أن يكون هذا الاحمرار الذى يظهر على رقبة والدتك نتيجة لمرض البول السكرى كما انه من الجائز جدا الا يكون له علاقة بهذا المرض بالمرة . والافضل عرضها على احد الاخصائيين

السيدة ف. ابراهيم شرف ـ مديرية الفؤادية :

يقول الدكتور ابراهيم احمد ابراهيم اخصائى الانف والاذن والحنجرة أن حالتك ليس من السهل الحكم على اصلها وان كان من المحتمل وجود بؤرة متعفنة فى الجسم بسبب امتصاص الجسم لسمومها . وانصح لك بعرض نفسك على اخصائى لمعرفة موطن هذه البؤرة فان كانت اللوز هى السبب فيحسن استئصالها ويمكن لطبيب الحنجرة ان يوجهك الى العلاج المفيد اذا لم يكن مرضك داخلا فى اختصاصه

شئون النيل

آنسة ل. ع. ا ـ بنى سويف :

كانت لدينا كمية كبيرة من هذا الكتاب ونفدت جميعها . ولك أن تطلبيها برسم البريد من أى مكتبة كبيرة فى القاهرة . وقد نشرنا فى أعداد بنت النيل السابقة طريقة لعمل الكولشبال فارجعى اليها تجديها .

ع. محمد . رضوان ـ القاهرة :

طريقة غسل ستائر الكريبستان هى أن تنظفيها أولا من التراب ثم تنقعيها فى ماء به ذوب صابون لمدة ساعتين ثم ادعكيها جيدا وبرفق فى الماء والصابون لازالة البقع السوداء ثم كررى هذه العملية عدة مرات حتى تنظف الستائر تماما . واشطفيها أخيرا بماء وملح ثم انشريها فى مكان ظليل .

آنسة م. البرقوقى ـ منية جناح :

لتنظيف أصابع البيانو العاج البيضاء انزعى زلال بيضة فى فنجان واغمسى قطعة قطن ومرى على الاصابع بهذه القطنة المبللة بزلال البيض حتى تنظف تماما .

المخلصة ف.م.ع دقهلية :

طريقة عمل صلصة المايونيز هى كالآتى :

المقادير : صفار بيضتين ـ ملعقتين عصير ليمون ملعقة صغيرة مسحوق مسطرده ويمكن الاستغناء عنه . كوب زيت زيتون

الطريقة : ضعى صفار البيض فى سلطانية واضيفى عليه الملح والفلفل ومسحوق المسطردة ثم مقدار الليمون او الخل ويمزج جيدا بالضرب المتواصل بمضرب البيض السلك حتى يمتزج الخليط ثم أضيفى اليه الزيت تدريجيا بحيث ينزل نزولا متواصلا على هيئة سرسوب رفيع جدا مع الضرب المستمر القوى المتواصل طول الوقت . ولاحظى ان يكون الضرب فى اتجاه واحد والا فسوف تتقطع الصلصة واستمرى فى اضافة الزيت والضرب حتى تحصلى على مزيج سميك فى قوامه بحيث يكون سمكه كافيا لتغطية ظهر الملعقة واضبطى الطعم وصبيه اخيرا فوق المايونيز

اما بخصوص السؤال الثانى فنعرفك بان الاعداد من الاول الى الثامن غير موجودة . ثم البعض بعد ذلك موجود والبعض غير موجود . اما ثمن الاعداد الموجودة فهى ١٠ قروش للنسخة من السنة الاولى (نسخة عادية) و٢٠ قرش للنسخة الممتازة .

القارئة ن. باسيوط :

سبق يا سيدتى ان قدمنا فى مجلة بنت النيل طريقة مبتكرة لصنع بطانية مشغولة بصوف التريكو اما النوع الذى تطلبينه فلك ان تطلبى من البائع الذى تشترين منه الصوف نموذجا لصنعه وعلى العموم سنحاول أن ننشر انواعا اخرى من البطاطين . اما شغل الجاكيت فهو سهل وقد سبق لنا ان نشرناه ايضا فعليك بمراجعة اعداد بنت النيل

الانسة ص.م المحلة الكبرى :

ارجو يا عزيزتى ان توضحى فى خطاب لك القيمة التى تودين ان تمنحيها للشخص الذى سيضحى ويسافر الى بلد غريب عنه والمكان الذى سيقيم فيه . وقد عرضنا خطابك على هيئة مكتب عمل بنت النيل ونتعشم أن يوفق فى خدمتك

الانسة هيام. قارئة بنت النيل :

يجب عليك يا انستى أن تغسلى الروب بعد ان تعلمى بدائرة من الخيط حول البقعة لتدعكيها اثناء الغسيل الذى يجب استعمال ذوب الصابون اللوكس فيه . وبعد ان يجف اكويه بمكواة ساخنة . أما عن ورنيش التلميع فهو يباع فى جميع المحلات الكبيرة . وقبل التلميع انصحك بعرض الموبيليا على نجار ليصلح من التشققات التى بها .

بريد المشكلات

المخلصة ز. الحسينى :

نشكرك على شعورك الطيب نحونا واما بخصوص باترونات جونو فنرجو منك ارسال خطاب خاص اليه مع العلم بانه سيخفض لك ٢٥٪ من القيمة الفعلية للباترون . واما بخصوص الملابس الداخلية ومحلات ميشو فنعرفك بان العرف لم يجر بنشر باترونات لها . واخيرا نحن نرحب بأى استشارة بخصوص التجميل وسنعمل ان يعتنى معهد التجميل العلمى بحالتك بصفة خاصة .

الصديقة الحائرة ع.ع.ر :

انت يا انستى متشائمة اولا وانت مريضة بذلك المرض الذى يسمونه «باحلام اليقظة» ثانيا . انت تنظرين الى الحياة بمنظار اسود ولعل السبب فى ذلك يرجع الى انطوائك حول نفسك ان طريقة حياتك هى السبب ، لماذا تفضلين العيش فى الابراج العاجية بينما الحياة امامك كلها ابواب متفتحة . ان الفرصة لا زالت امامك . يجب ان تؤمنى بالحياة . ويجب ان تجابهيها كما هى . ان تشاؤمك يظهر حتى فى احلام يقظتك كونى عملية واخلقى الاجواء التى تستطيع أن تبعد بك عن هذه الخيالات المريضة . اقرئى كثيرا . واكتبى كل ما يعن على بالك من خواطر . اقرئى حتى وان لم يعلق بذهنك شىء مما تقرئين . واكتبى وان كنت ممن لا يجدن الكتابة . وحاولى ان تكونى اجتماعية

البائسة ف.ز.ع :

ابتسمى للحياة رغم كل هذه الظروف المحزنة التى تحيط بك ثم احضرى الى المجلة وقابلينى فسأحاول ان اعينك بقدر طاقتى

الانسة ب. محمد ابو العينين :

يا انستى العزيزة تقبلى منا تعازينا الخالصة والبقية فى حياتك واما بخصوص التمرينات الرياضية فان العذر الذى ذكرته لا يمنع من القيام بها اطلاقا . المهم هو ان تمارسيها قبل تناول الافطار

الاستاذ يحيى ابو زيد :

نحن نشكركم على مقالكم القيم وعلى تأييدكم لقضية المرأة ونأسف لضيق المقام ونرجو أن تتاح لنا فرصة النشر عما قريب .

الانسة احسان كامل :

أنصحك بأن تبعثى بفستانك الى احدى محلات التنظيف لان هذه البقع لا بد وانها كانت موجودة فى الفستان من قبل . تأكدى من أن البترول لا يترك بقعا . وعلى كل حال فهذه البقع لن تذهب الا بآلات البخار الموجودة بالمحال المختصة .

السيدة حرم الاستاذ سلامه مترى :

وصل خطابكم وقد قمنا بعمل اللازم بخصوص تغيير العنوان . وأما بخصوص السؤال الثانى فنرجو أن تطالعى مقال الدكتور محمد شوقى عبد المنعم فى هذا العدد .



قطعة من فرنسا
تجوب السماء
Menu
Apéritif
Paupiettes de Saumon
Coq de Bresse
au Vin
Pommes Vapeur
Primeurs
au Beurre Frais
Salade de Saison
Fromage
Pâtisserie
Fruits — Café
Champagne
Liqueurs
الجو الفاتن الحالم والترحيب الرقيق المأثور
عن الضيافة الفرنسية الكريمة لمن أبرز المميزات التي ينعم
بها المسافر على طائرات كونستيليشن الفخمة التي تسيرها
ايرفرانس
وان ما تتذوقه من ألوان الأطعمة الفرنسية المشهورة
لمما يجعلك تستطعم رحلتك!
لكافة الاستعلامات خابروا : القاهرة - ت ٧٩٩١٥ . الاسكندرية - ت ٢٣٩٢٩
وجميع وكالات السياحة المعتمدة
pl
PRO 52-20 C



بيبسى كولا
PEPSI COLA
بيبسى كولا
لذيذة
فوّاره
رمضان كريم
معبأة بالشركة الوطنية المصرية لتعبئة الزجاجات ش.م.م
S.P.M.O.